明治四十三年十二月一日第三種郵便物認可（毎月一回
明治二十一年十二月二十八日內務省許可（廿日發行）

大正六年九月二十日發行

婦人衛生雜誌

第三百三十四號

婦人衞生雜誌

第三百三十四號目次

講演

叢談

育兒

家庭衞生

抄録

雜報

廣告

謹告

來る十月八日(第二月曜日)午後一時半より本會例會を開き左の講演有之候間御知友御誘引御來會被下度候也

女子の皮膚の特質　　賀川哲夫君

同日午前十時より特志會員の料理講習有之筈に候。會費其他については本會事務所に御問合はせ被下度候事

大正六年九月

私立大日本婦人衛生會

私立 大日本婦人衛生會

設立趣意書

凡そ人として此世にありては徒に生けるのみをもて足れりとするにはあらずかならずや智識を磨き人たるの本分を盡くし幸福快樂のうちに一年を送らんを皆ともに希はざるはあらじされども其身健康にあらざれは此生活を得んといと易からずこれ衛生の道の一日も忽にすべからざる所以なりとす

抑も〳〵衛生の法は一にして足らずとはいへども衣食住の改善育兒及看病法等の如きはいとも緊要の事にして皆吾等婦人のもつぱら掌るべき所其責任重しと云ふべし今や婦人の會合相尋て起り婦人社會も漸く其の面目を改めんとするは眞に喜ばしきこととなりされども夫の衛生の事に至りては更に注意を惹かざるもの〻如くまことに口惜しきことなり因りて頃日同志婦人集ひ謀り一會を設け名けて私立大日本婦人衛生會といひ毎月一回集會を開き學識經驗ある人々に衛生上諸般の講義演說談話をこひ互に相研究し尚之を筆記して册子を編輯し會員に分ち聊か同胞の爲めに盡すあらんとす茲に本會旨趣の梗概を叙べて廣く江湖の諸姉に告げ其贊成を仰ぐこととしかり

明治二十年十一月

首唱者總代

私立 大日本婦人衛生會規則摘要

（明治卅二年十二月改正）

第一條　目的　本會の目的は汎く婦女子をして人生の健康を保持する方法を講究し衛生上の智識を開發せしめ随て社會全般の幸福を增進するにあり●第二條　本會は私立大日本婦人衛生會と稱し之を東京に置き地方に便宜支會を設く●第三條　本會會員たらんと欲する婦人は何人にても入會することを得●第四條　入會の節は姓名族籍住所及會員の種類を明記し本會事務所に申込まるべし入會者には會員章を交付す（交付手續巻末に詳なり）入會後轉居等あるときは速に事務所に報知せらるべし●第五條　會員を分ちて終身、特別及通常の三種とす、終身會員は一時に金廿五圓以上特別會員は一ヶ月金三拾錢以上、通常會員は一ヶ月金拾五錢を納むる者とす●第六條　男子にして本會の旨趣を贊成する者は之を贊成員とす其會費は本會員に同じ但本會に功勞ある者又は本會に於て特に贊成員たることを望みたる節は役員の協議に依り無會費とすることあるべし●第七條　會員は本會に於て每月發刊する雜誌を無料にて受ることを得●第八條　退會せんとする者は其旨本會事務所に報知し死亡する時は親戚知友より通知せらるべし但既納の會費は總て返戻せず●第九條　本會に推戴員を置き其中より總裁一名を奉じ皇族妃殿下に願出るものとす●第十條　本會に左の役員を置く會長一名、副會長一名、幹事七名、評議員三十名、書記若干名●第十一條　會長副會長幹事評議員は隔年三月の總會に於て會員の投票を以て之を選擧し書記は幹事の推薦に依り會長之を命ず但書記は都合に由り會員外の婦人若くは男子に託するとあるべし●第十二條　會長は本會を總理し副會長は會長を補佐し會長事故ある時は之を代理し幹事は會務を掌理し評議員は重要なる會務を評議し書記は役員の命を受け諸記錄雜務を掌る幹事の分課を設け第一會計、第二編輯出版、第三庶務とす●第十三條　臨時指名委員の件●第十四條　會長副會長幹事評議員の任期は二ヶ年とす滿期再選することを得若し任期中缺員を生するときは次點者を以て補缺す●第十五條　會長副會長幹事評議員は無給とす書記には相當の報酬を給す●第十六條　集會は例會總會及評議員會とす集會は八九月を除くの外每月一回とし總會は三月に之を開く若し急要の事あるときは臨時に總會を開くことあるべし又春秋二回會員相互親睦の爲め闔遊會を開くことあるべし●第十七條　每會學識經驗ある人々に衛生上の講義演說談話を囑托し會員をして隨意聽講せしむるものとす●第十八條　會員は家族の婦女若くは知己の婦人を本會々場に誘致し講義演說等を傍聽せしむるとを得（但衣服は總て質素たるべき事）●第十九條　講義演說等は男子の傍聽を禁ず●第二十條　規則の改正其他重要の件議定のこと●第廿一條　每年三月總會に於て會計の收支決算竝に庶務の概要會員の增減等を報告すべし●第廿二條　本會の所有金は本會の名義を以て三井銀行に預くるものとす●第廿三條　會計の收支は總て會計擔任の幹事檢印を要するものとす●第廿四條　會計は一ヶ年毎に決算し翌年三月總會に報告すべし

支會●第廿五條　地方に於て本會々員十名以上發起者あるときは其規則を定め本會長の承認を受け支會を設立することを得●第廿六條　本會々員にして支會を設立せんとするときは發起者の姓名を記載して申出べし爾後員數增減あるときは其姓名を支會より本會事務所に報告すべし本會會員にして支會に加入したる者の會費は本會に納付することを止め支會の規定に依るものとす●第廿七條　支會には支會限りの會員を置くことを得●第廿八條　本會の雜誌は支會に同送すべきを以て其實費を支會より本會に送付すべし支會限りの會員にして雜誌を請求する者に就きても亦同じ●第廿九條　支會は集會の都度其狀況を本會に報告すべし

●雜件　第三十條　本會は每月一回雜誌を發刊し之を會員に配附すべし●第卅一條　會員又は會員外の者にして金圓若くは寄贈物品等を本會に寄贈する者ある時は本會々長の名を以て謝狀を贈り寄附者の姓名及品目を原册に登錄し尙本會雜誌を以て報告すべし●第卅二條　會費金は受領證を交付すべしと雖も地方會員にして小爲替又は郵券にて納むるものは受領證送費として別に返信料を添へらるべし（郵券込一割增）●第卅三條　會費は東京府下に限り每月領收人を差出すべし地方會員は總て前金とし振替にて口座番號東京一○六○○番本會事務所宛に振出しあるべし●第卅四條　會員中若し本會の障碍となるべき所爲ある者又は屢々會費を督促するも納付せざる者あるときは會長評議員會の決議を經て除名し若しくは廣告することあるべし

東京市本郷區駒込林町二番地

私立大日本婦人衛生會

婦人衛生雜誌第三百三十四號
（大正六年九月二十日發行）

講演

三四歳頃の小兒の食物

醫學士　竹内薫兵

御料理のあとで又料理の事をお話すると云ふ譯でありまして、甚だしつこい事になりますが、實は料理の事は、皆樣の方が私よりずつと完全にお解りのことで、何が何匁で何で味を付けたりすると云ふやうな事は、私の方から却て皆樣にお伺ひしてお敎を願はなければならぬ次第であります。さて、非常にごちやごちやした表を持て參りましたが、是だけをお目に懸ければ、實は私は何にも申上げなくても直ぐお解りになるのでありますが、唯ぼんやり名前だけを擧げたのでは少しも要領を得ませぬから、少し、お話申して、さうして順序を付けるだけに致して置きます。

で唯今も莊司さんからお話がありました通り、乳離れと申しましたが、誕生までの子供の食物に就ては書物或は演說或は小兒科の醫者などが適切に母親に向つて常にお話して居り、或は聞かされて居ることでありまして、必ず乳を飲ませる＝親の乳を吞ませる。親の乳が無ければ乳母の乳を飲ませるとか或は牛乳を飲ませるとか云ふ、それだけで盡して居るのであります。依怙贔負と申すと少しく語弊があるかも知れませぬが、通俗な家庭的の書物や雜誌などは勿論、小兒の食物に就て申しますと、小兒科の醫者などが家庭の者に向つても滿一歳後の子供の食物に對しては非常に冷淡でありまして、それに關する話は殆どなく、又少しも書いてない。小兒科の醫者な

どはさう云ふ事を專門にして居るべきでありますから、詳しき話もしなければならぬのでありますが、實際はさうでない。家庭の者などが、乳離れしてからの子供に何う云ふ物を食べさせたら宜しいでせうかと聞くと、小兒科の醫者の方でも、先づ軟らかで消化の良い、體に障らぬやうな物をお上げなされば育つのであると云ふ。然らば此消化の良い物は何う云ふ物が宜しいかと云ふに、大人に消化の良い物が小兒にも消化が良いと云ふのと同じであつて、實際は醫者も解つて居ないのでありまして、「餘は推して知るべし」と云ふ位にしか書いてないのであります。是は私共や皆さんに於ても人に道を尋ねられた場合に、如何にも一二町の所は非常に委しく、此先きに石塊が轉がつて居る、其先きに斯う云ふ格好の家があつて、其處を右へ曲がつていらつしやいとか云ふ風に、非常に詳しく話すが、もう一里二里先きの場合になりますと、其先きは考へ〳〵いらつしやい、さうすれば何うなり斯うなり解るでせうよと云ふ風な敎方と同じことで、非常に冷淡極まつた話で、又そんなことで道が解るものでない。矢張りそれと同じ様に、子供の食物に就ても、今日の學者先生達が頗る不親切で、行屆いてゐないと云ふことを絶えず私は考へて居りますので、此一歲以後の子供の食物に就ては特に注意を拂つて居る次第であります。

是は啻に日本ばかりでなく、矢張り西洋にも斯う云ふ傾があるやうで、有名な獨逸のチーミッヒと云ふ先生が斯う云ふことを言つて居る。『子供の食物は段々大人の食物に近付けて行けば良い、初は親の乳であつて、結局は大人の食物になるのだから、段々大人の食物に近付けば良い、滿三歲の子供と大人と略ゝ同一にすれば宜しい、但し胡椒とか辛子とか、さう云ふやうな物はいけない』と、唯是だけを言つて居ります。で皆さんは食物の事に就ては大變委しくつてお居ででありませうが、若し漫然と是だけの事をお聞になつて、貴女方のお子様に何う云ふ具合にして宜しいかと云ふ事がお解りでありませうか、恐

らくは要領を得ると云ふまでには行かないだらうと思ひます。尤も學者先生達の頭から考へたならば、滿一歳までは動物性食餌、即ち乳でありまして、大人は混合食餌、即ち動植物兩性の食物で、混合食物でありますから、此混合食餌に近付けて行けば宜しい譯ですが、其採り具合は迚ても口で言はれるものでない、或は譯もないことゝ考へて居られるのかも知れませぬが、實際世の母親は學者先生方の考へられるやうに實行して行かれるものでなく、又屢々間違があるので、自分が良いと思つておやりになつた食物の爲めに、一面に非常に子供に害を起して、却つてお腹を下したり或は延ては脳膜炎と云ふ樣な恐ろしい病氣などを起して、遂に子供の命までも奪られて仕舞ふと云ふやうな場合も隨分吾々は遭遇して居りますし、又貴女方もお聞になることだらうと思ひます。斯う云ふやうな具合で、母親だけの考から割出して大抵間違は無いだらうと云ふ風な雜駁な考で行かれるものでは實際はないのであります。

で私は子供の食物に就ての獻立を朝晝晩とに別けて斯う云ふ物を食べたら宜しいと云ふことをお話しするのでありますが、先づ順序として一歳の子供の食物は何んな物が適して居るかと云ふことを先づお話致さうと思ふのであります。

子供の食物でも、大人の食物でも、人間でありますから元來の性質に就ては疑りは無い、化學上から言つても、實質に就て子供だから大人だからと云つて別段變りはないので、即ち一番(表を指す)此方に書いてありますのが蛋白質で、其次が含水炭素と、それから脂肪と、もう一つは鑛物質と云ふものと、此四通りが主もなる物で、此外に「ヴイタミン」と云ふ物を加へる人もありますが、それは兎も角、此四つだけが揃つてゐなければ人は痩せて死んで仕舞ふものである、此四つの物は人間の體に缺くべからざる必要なものであります。で此「ヴイタミン」と云ふものを此外に加へて居る人もありますけれども、それは未だ本統に定まつた譯ではなく、又子供の食物に

取つて大變必要な物でもありませぬ。若しそれが必要であるとしても、是は食物の中に含んで居るのでありますから、私は特に此處には書きませぬ、又書きませぬでも差閊はないと思ひます。で此四つの物が、もと〳〵の要素であります。無論お解りのことでありませうが、順序として申上げますと、蛋白質は乳とか或は肉とか豆とか云ふやうな物に一番餘計入つて居ります。含水炭素と云ふものは米とか砂糖とか斯う云ふ物の中に澤山入つて居る。それから脂肪は詰り「バタ」とか「フエット」、油氣=胡麻の油などで矢張り脂肪であります、さう云ふ物の中に澤山入つて居る、それから鑛物質と云ふのは鹽であるとか或は鐵だとか或は石灰分、即ち「カルシウム」と云ふものが矢張り鑛物質であります、で大人の食物もさうでありますが、子供の食物=三四歳の子供の食物は、此四つの物をうまい具合に組合して行けば其目的を達することが出來るのでありますから、別に他の六ケしいことはしなくても、一番の要素となる四つの物をうまく組合して行けば其目的を達するのであつて、是だけの物を子供の體に取入れてさへ行けば完全に發育して行くのであります。

それで此名前を詳しく擧げて蛋白質、含水炭素、脂肪、鑛物質と云ふ風に分けて圖で書いてありますが、もう少し委しく云ふと、動物質の中には何う云ふ物があるかと云ふと鷄とか即ち家禽の類であるとか云ふ風に、皆詳しく申上げますには時間もありませぬから、圖でお目に懸けますが、是は子供に向つて兎に角害の無い程度の物だけを書いてあります。

それから今離乳期と申しましたが、此期の事も未だ學者の間に定まつて居りませぬので、學者並に實際の醫家は思ひ〳〵に見て乳離の期と申しますが、此乳離の事だけでも詳しく種々お話すれば時間が掛りますから、是は除いて置きまして、先づ滿十ケ月から十二ケ月まで、即ち誕生までゞ乳を離して仕舞う、即ち離乳期は終るものとして申上げますが、乳離以後の子供の食物に就てお話すれば、其中には二三四

五六歳の兒童と云ふた方が適當でありますが、長くなりますから、切詰めて三四歳と申したのでありますが、是は二歳から五歳までを乳齒のある時期と申します。凡そ子供の年齡を別けますと、誕生までは乳兒期、それから乳齒の時期で、其次が少年少女時代、それから春機發動期と云ふことになるのですが、其内の私のお話し申上げるのは先づ乳齒期、即ち二歳から五歳の終りまでと云ふことに別けてありますので、言を換ゆれば乳齒期の子供の食物に就てお話するのであります。

滿一ヶ年の間は主として乳汁である。不幸にして母乳の出ない場合には、乳母の乳なり又牛乳なりにいたしますが、ともかく乳汁であります。それから親の乳を離れてからの食物は、思ひ〳〵の別な物ですが、矢張り二歳の終までは多く必要な物は乳汁であります。(表を指す)彼處にあります通り、動物質を取入れるには何に由つて取入れらるゝかと云ふに、大抵牛乳とか山羊の乳とか、云ふやうないろ〳〵な物がありますが、矢張り何の乳でも子供の榮養としては大した違ひはありません。併し牛乳は最も容易く得られまして且つ廉價でありますから、今日は一般に牛乳が用ゐられて居るのであります。で(外國の例を記せる表を指す)是が獨逸で、是れから此方は亞米利加であります。まだ此方にもありますが、詳しく申しますには時間がありませぬから、それだけにして置きまして、それから私が主もにお話しやうと云ふのは日本流の榮養法で、最も容易く何人でも取得らるゝところの、最も理想的であると思ふ物を斯う云ふ具合に拵へて實行致して居ることを申上げやうと思ふのでありますが、西洋の本を見ると、もつといろ〳〵の事が書いてあります。併しそれは直接に日本へ持つて來たくないので、日本の子供は日本の食物を食べて生活して來た親達から產れた子供であるのに、僅か二年經つて直ぐ西洋の食物で育てる必要もなし、又さういふ義務も無く、又さうしなくとも是に由つて充分に育つのであります。

それから子供に食べさしていけない物を別表にして舉げてありますから、其中に就きて「フライ」や油揚なぞは餘り子供に良くない、で能く私の子供は「フライ」を食べさしても別に嫌やがりませぬ、お腹も下りませぬと言ふ方もありますが、是は私はお子さんに絶對的に惡るいと云ふのではありませぬが、多くの子供は之を食べると必ず體に害を起すのであります。(表を指す)是だけはいけませぬので、四歳以下は是は絶對にやりたくない物であります。餘はどうぞ表に就いて御覧を願ひます。

四歳以下の子供に禁物の食物。

一、肉類。

「ハム」、「チョー」詰、鹽干物、「コーンビーフ」、乾牛肉、鵞鳥、あひる、野獸(家禽に非るもの)、腎臟、肝臟、鹽豚肉、脂の多い魚、貝類(かきの外)、「フライ」、

二、植物。

胡瓜、筍、ふき、せり、よもぎ、あかだいこん、ゆば、わかめ、生の「トマトー」、きゃべつ、おらんだみつば、葱、玉葱、蓮、牛蒡、こんぶ、のり、乾葡萄、こんにゃく、乾菓物を含める菓子、胡桃、まくわ瓜、茄子、(亞米利加では苺は五歳以下は禁物とす)、椎茸、松茸、葡萄、枇杷、柿、銀杏、金柑、梅、巴旦杏、桃、櫻實、龍眼、

三、飲物。

咖啡、酒、「ビール」、「ソーダ」水、「サイダー」、「シトロン」、酢、

小兒期一般に用ふべからざる食物。

胡椒、生姜、わさび、するめ、たこ、いか、貝類(かきの外)、

それから第二年目にでんぶを食べさせますが、誕生過ぎてからの子供に私は實際やつて見まして體に障らぬやうであります。併し此でんぶと申すと、御承知の通り鰹のでんぶ、鯛のでんぶなぞと云ふいろいろのでんぶがありますが、賣る家に由て非常に違がありまして、是は無論本當のでんぶを意味して居るのでありますが、又本當でないでんぶも實際あるので、よく鯣を細くしたり太刀の魚をほぐしたりし

て鰹でんぶであるとか鯛でんぶであるとか申して賣りまして、いろ〳〵な惡いことを行つて騙まして私腹を肥やすと云ふ商人が澤山ありますから、でんぶは餘り安いでんぶはお買ひにならぬ方が宜しいのであります。實際さう云ふ惡策が近來行はれて居りますから、御注意なさらぬといけません。それから晝の時のお粥や菠薐草是も大變良い物でありまして、消化の良い物で、野菜の中で「キヤベツ」や菠薐草は大變鐵を含んで居ります、で餘り長く乳ばかり飲まして置くと子供は却て血色が惡くなります。之は血中の鐵分が少くなるためでありますから、此年齡となつたら乳を少くして血の中に鐵を取ることを補つて行らなければならぬと云ふ場合に、菠薐草をやると顔の色が大變に良くなる。大人の方なども鐵分の少ない人は菠薐草を食べると大變に良くなります。で此菠薐草を誕生前の子供に食べさせる場合には、之を煮まして、鳥に餌を遣るやうに磨つてやるやうにして與へます。誕生越してからは磨らないでも宜

第二年。

朝	晝	おやつ	夕
粥二乃至三椀 でんぶ又ハおじや（鰹節又ハ鷄肉「ソップ」入）	粥 ほうれん草の牛乳煮 魚肉おぼろ	牛乳一合 果實汁又ハ二十倍「メリンスフード」液一合	粥 茶椀むし（實無し） おじや 麩の煮付汁

第三年。

朝	晝	おやつ	夕
飯 味噌汁 卵半熟又ハあんかけ豆腐	飯 にんじん入のじやがいもきんとん。豆腐。かき。又ハ魚肉。百合	牛乳一合 「バナヽ」又ハ葛餅（あん無し）	飯 麩 鷄肉煮汁（ほうれん草の鰹節かけ） 又ハさしみ

第四年。

朝	晝	おやつ	夕
「パン」四半斤 牛乳一合 そら豆きんとん	飯 ほうれん草 牛乳卵煮又ハかきの牛乳煮	甘酒一椀 いちご	飯 魚。大根。又ハ「オムレツ」「マカロニ」の「スープ」煮

第五年＝第六年。

朝	晝	おやつ	夕
飯 味噌汁 いり卵	いんげんのきんとん煮 燒魚又ハ「コロッケ」飯 「ロールキャベツ」	おしや「カステーラ」「ウエーファース」 牛乳一合又ハ「ブランマッチ」（牛乳と「コーンスターチ」）	鷄卵又ハ牛乳「ロース」。 飯又ハ魚肉「スチユー」

いのでありますが、器械で挽くと、うまく行くさうです。それから最初の中は御承知でありませうが、囘數は凡そ四囘が宜しいのであります。又おやつの時なぞも果物を其儘遣ると云ふよりは、可成果物の汁だけ與へる方がよろしい。例へば林檎であるとか或は梨であるとか云ふやうな物は皮を剝きまして、それを大根下ろしでおろして、それを「ガーゼ」二枚位で漉しますと即座に果物の汁が出來ますから、それを上げる方が宜いと思ひます。それから十倍乃至二十倍の「メリンスフード」是は子供の腸に良い物であります。英吉利で出來る物でありまして、粉になつて居ります。之をお湯で溶かして用ゐるのですが、是が爲めに子供の體に障はるやうな事はありませぬから、之をお湯に溶して飮ませると腸が良くなる。それから晩は茶碗蒸の中に實の無い物が宜しい第二年目には卵ばかりで、それは矢張り誕生過ぎてからは食べさして宜しいので、蛋白質に富んで居ります。それから麩は大變宜しいので、分析から言ふと麩の中で金魚麩は蛋白質が多いのであります。で外の物に比べると金魚麩は一番價も安いが子供に金魚麩をお遣りになつて、不味から嫌やだと言つて上げ惡いければ、外の麩でも宜しいが、兎に角麩は良い物であります。此外にやつて良い物は、もう三歲になれば味噌の汁は宜しい。卵は是非共半熟でなければいけませぬ、あまり煮過ぎると消化が惡くなるのであります。それは私よりも皆さんが御經驗の事だらうと思ひますから申上げませぬ。それから餡掛豆腐も適當であります。此處の所に來て晝は人參に馬鈴薯きんとんを與へます。能くおも湯とか粥とか「スープ」とか牛乳とか獸肉とか申して、滋養品はこんな物に限られて居るやうでありますが、近頃は靑物が大變效力の有る物であると云ふことになつて來ました。極く最初の頃の野菜物の與へ方は人參でも宜しい。分量は如何程でも適當にして、初めの中は煮まして、大根下ろしで下ろしてお粥の中に入れる、誕生越しての子供なら極く細く截つても宜しい

から、それを煮まして擂つて馬鈴薯をきんとんのやうにごちや〳〵にして、それへ人參を入れると、人參入りの馬鈴薯きんとんが出來ます。さうしてそれは本統のお料理のやうに甘く拵へる譯ではありませぬで少し鹽を入れるのであります。それから豆腐とか牡蠣も宜しい。又年齡に由つて違ひますが小兒に一番禁物なのは貝類でありますが、牡蠣だけは取除けであります。牡蠣は子供が誕生越せば消化力が出來て來ますから宜しい。それから百合や「バナヽ」、葛餅の餡の無い物も宜しいので、「バナヽ」は子供の食べる果物としては一番良いと言つて宜い位であります。何故良いかと云ふと、彼れは食べると直ぐに溶けて仕舞ふし、滋養分も大變含んで居つて、其上に酸味と云ふものが烈しくない。「バナヽ」だけで以て外の果物の砂糖漬にしたと同じやうな有様になつて居つて又それと同じ價値がある。それから野菜の滋養分析の上から言つても、野菜の代りになりますから大變に宜しいのでありますが、併し消化器の病のある者が食べると、大便が變つて來ますから、是は決して食べさすべきものではありませぬ。其外にもう子供が四歳位になると菠薐草を牛乳でいためてやるのも宜しいのです。それから甘酒が大變に宜しいので、此甘酒は御存知のことでありませうから、別にお話は致しませぬが、子供に大變宜しいのであります。其宜しいと云ふのは、粥でもおも湯でも、矢張り澱粉でありまして普通消化が良い物としてありますが、是等でも一度子供が食べまして消化すると云ふことになると、消化液の作用を受けて、さうして澱粉が一種の砂糖＝葡萄糖と云ふやうな物になつて、それから身體の中に入つて血になると云ふ順序になるのでありますが、此甘酒に至つては、甘酒で以て來た其時からもう或る程度まで消化れて居ると同じであります。でありますから此點に就ては甘酒は大變良い物で、日本は良い物を持て居ると自慢しても宜しいのであつて、尚其上に甘酒の中には澱粉を消化す作用を有て居る「チアスターゼ」と同じ物

が入つて居ります。

それから又「オムレツ」の堅くない物も宜しいのです。玉子を半熟にしてやる代りに「オムレツ」をやるのでありますから、半熟の程度にしてお遣りになれば宜しいのです。それから「マカロニ」も宜しうございます。此「マカロニ」は御承知の通り洋食で使ふ伊太利の饂飩でありますが、日本の饂飩は「マカロニ」に比べて少し消化が悪いので、子供には「マカロニ」の方が宜しいのであります。

先づ玆に今申上げた乳歯期＝乳飲歯の生へて居る時代でも、四歳までは特に難ケしいのでありますが、四歳を過ぎて五歳になると大變樂になりまして、大人の食物に近付くのであります。もう五歳になると煎玉子なども宜しいのですが、是は御承知でせうからお話致しませぬ。それから隱元豆なども能く煮れば食べて宜しい。是れまでは食べさしていけませぬでしたが、もう此年齢になれば「コロッケ」も宜しい、「ロールキャベツ」も差支へありませぬ。それからおやつは「カステーラ」とか「ウエーファース」、「プランマット」と牛乳と一緒に煮た物、さう云ふ物を子供は悦んで食べます。

それから鷄卵とか牛肉なども五歳になれば差支ない。御飯は勿論兎の肉は大變宜しい。之を「シチュー」にすると子供は大變悦ぶ、又消化も宜しいし又滋養が有るのであります。斯う云ふ物は實際やつて見ても少しも害は無いと云ふことが解るのであります。斯う云ふ具合に致しまして、五歳までは特に注意をしまして、是から益々大人の食物に使ふ物を子供に使つてはいけないと云ふ必要はないと思ひます」。大體是で乳歯期の食物は濟みましたが、尚は一二思付いた事を附け加へますと、御承知の通り野菜は近頃大變重きを爲して居つて、野菜は子供の食物として缺くべからざる物となりましたが、それは何故かと申しますと、此野菜の中には鑛物質と云ふ物が大變含んで居る。先程申上げた菠薐草の中には鐵を含んで居るのであります。之を用うる時に、餘り盛ん

に煮ると、煮た汁の中に鑛物質が出て仕舞ひますから、それと同じやうに煮るにも初めはお湯で洗つてはいけませぬ、成るたけ水で洗らふ方が宜しいのであります。さうしませぬと其の中にある鐵分が五分の一だけ煮た爲めに出て仕舞つて、露の中に入つて行きます。さう云ふ具合でなりますから、煮た汁を捨てずに用ひますと宜しうございます。さうすれば勿體ない事も爲ずに濟みます。それから「クリーム」を貰つて居りますが、あれもやつても宜しうございます。で「クリーム」は元來牛乳を煮詰めたもので、「クリームサラダ」と云ふものも、子供に食べさせると宜しいので、あれは傳染病を豫防することが出來る。之を牛乳の中に入れたり或は馬鈴薯に付けて食べたりすると大變良いので、それで不味い物ではありませぬ、美味い物ですから子供は悦んで食べます。

それから果物も矢張り、林檎にしてもバナ、にしても蜜柑にしても食慾を増すと云ふ作用があります。

麵麭をお上げになる方が隨分ありますが、麵麭は熱いのはいけませぬ。熱いのを直ぐ呑込んで仕舞ひますと麵麭は口の中で消化れるもので胃の中に行つては消化れませぬ。それでありますから熱いのをやると消化が惡いと云ふ虞がありますからいけませぬ。少し焦げて面が温かい位が丁度宜しいのです。それから「フライ」は子供には極くいけませぬ、從つて「カツレツ」も餘り宜しくない。何故いけないかと申しますと「フライ」は中が燒けぬやうな狀態になり、それに油は子供の體には消化が惡るいから四歲以下の者には「フライ」はいけませぬ。

それから菓子を食後に與へると云ふことは決して惡いことではありませぬ。成るべくおやつに與へるやうになさつた方が宜しいのですが、萬一其以外の時に是非欲しがつて困まる場合には食後に與へるやうにして、必ず食前に與へると云ふことはしないやうにする。菓子が惡るいと云ふのは食慾を無くするから、詰り食前に與へると御飯が食べられなくなるか

らである。又砂糖と云ふ物は大變體に必要な物でありますが、是が食物の代りになると思ふと大間違であります。でありますからおやつの時は果物に付けたりして遣れば宜しい。それで白砂糖、「ザラメ」、氷砂糖、乃至單舍利別、蜂蜜などを付けてやると食物の養分の中にも含んで砂糖が入ります。「リモナーデ」、果物の汁もあれも宜しい。「ゼーリ」(果物を砂糖で煮た物)も宜しうございます、で子供は水を能く飮むものでありますが、水を飮む場合能くお考へにならぬと大變子供の體が瘦せることがある。と云ふのは何うかと申しますと、子供は鹽氣を多く遣りますと、さうすると渴きが來るから、水を餘計飮むと云ふことになる。普通鹽氣が多過ぎると水を飮むのでありますが、其水の量は必ず必要以上に飮むのであります。而して其餘分の水は尿になつて外へ出る其時に必ず多く鹽を有つて出るのであるからあまり多く水を飮む場合は身體が段々瘦せて來ると云ふ、さう云ふやうな惡い結果になるのでありますから、矢張り子供が水を飮む場合にも注意せなければなりませぬ。

それからお鮨の事は書いておりませぬが鮨の酢と云ふ物は、子供には＝五歲以下の子供には遣らない方が宜しい。之を遣ると必ず子供の胃腸に惡い影響を來たす。若し酢が欲しくつて堪らぬ場合には蜜柑の露で以つて酢の代りをさしたい。植物性の物で酢の代りになる物をお遣りになる方が宜しいので、必ずしも酢を遣る必要は無いと思ひます。それから辛子類は親がお好きであるとか、又は胡椒などの好きな方であると子供が神經質になつたり或は消化を惡くしたりして決して良いことはありませぬ。

世の中に子供を育てる方に二色ありまして、名を付けると硬派と軟派とでも申しますか、己れの子供などは、醫者の言ふ事などは聞きやしない、放擲りばなしても此通り立派に育つと非常に御自慢になる方もある。それから又子供の衞生と云ふことに就いて考へ過ぎると云ふ人もあります。是が硬派軟派の別

とても申しますので、軟派の方になると、何から何まで一つの食物でも醫者の所へ電話を架けなければ食べさせないと云ふやうな事になるので、何方にしても偏して居ります。是は子供を育てる道ではないので、必ず矢張り子供に直接に惡い結果を持來すのでありますが、私が今申上げたのは、さう云ふ片寄つた積りではないので又始終斯う云ふ經驗は自分が手掛けたりして居りますから、是なら惡い結果を來すことはないと云ふ自信を有つて皆さんに御吹聽申上げてお勸めした次第であります。

叢談

空氣中の塵埃

醫學士 篠原昌治

凡ての物質は、細末となりますれば、塵埃となつて空氣中に飛揚するものであります。夫故に空氣中の塵埃は、極めて多種多様でありまして、それに就て一々申上ぐるといふことは到底不可能のことでありますし、それは又私が此話を申上ぐる目的でもありません。今爰には主として空氣中の塵埃と疾病との關係に就て申上げたいと思ひます。

塵埃の種類を先づ病原體を有するものと、之を含有せざるものとの二つに大別し、病原體を含有せざるものを、更に有機性のものと、無機性のものとに區

別いたします。

空氣中の塵埃は、病原體を含有して居るものは申迄もないことでありますけれど、假令少しの病原體をも含まぬものでありましても、人體に對して何等の利益もなく、殆んど常に有害に作用するものであります。夫故理想としては、塵埃なき空氣は最も人生に適當なものであります。

然し地上に於きまして、空氣中に全く塵埃を含んで居ないといふ場處は殆んどありません。而してたとへ空氣中に塵埃がありましても、少量ならば決して人體に有害作用を呈するものではありませんから、吾人は常に空氣中の塵埃少き場處に生活することが最も大切であります。

空氣中の塵埃は、如何なる種類のものでありましても、之を吸入するときは、呼吸器の粘膜に刺戟を與ふるものであります。夫故、平素呼吸器の弱き人、又は呼吸器の疾病を有するものは、必ず塵埃多き場處を避けねばなりません。一般に呼吸病患者を山地又は海岸等に轉地せしむれば、非常に輕快するものでありまして、それには種々なる理由がありますけれど、斯る場所の空氣中には塵埃が少いと云ふことは、確に有力なる理由の一つであります。

空氣中に於ける病原體は、其種類が少くありません、殊に種々なる傳染病が空氣の媒介によつて傳染することがありますから、其際は病原體が空氣中に飛揚して、甲より乙に傳染するものと信じられます。然しそれ等のものに就ては、其傳染經路がよく解つて居りませんから、爰では申上げぬこと〻致します。

空氣中の塵埃によつて傳染することがある疾病でありまして最も危險なるものは肺結核であります。結核患者の喀痰中には無數の結核菌を含有するものでありまして、之を不注意に牀上、廊下其他の場處に喀出しますれば、喀痰は自然に乾燥し、粉末となつて塵埃と共に空氣中に飛揚するものであります。斯る場合に於きましても、結核菌は死滅することなく、充分發育すべき勢力を保持して居ります。斯の

如き結核菌を含有する塵埃が呼吸氣と共に吸入せられて、健康なる人の肺臟に侵入しますれば、結核菌は其處に沈着するものであります。斯くして結核菌が肺臟に侵入しましても、それで直に肺結核を發するものではありません。一旦吸入せられたる結核菌が、元の道を通つて再び體外に排出せらるゝこともありますし、又人間の體內には多くは結核に對する免疫性を有して居りますから、結核菌は其處で死滅して發育しない場合も多くあります。これが結核菌を吸入する機會の極めて多き割合に肺結核を發すること少き理由であります。甚しく衰弱して居るとか又は吸入せられたる結核菌が極めて多數であるといふ樣な場合には、結核菌は其處に於て繁殖しまして遂に肺結核を發病するものであります。

斯くして空氣中の塵埃は、肺結核傳染の媒介をすることがありますから住居、工場等の內外は常によく掃除して塵埃を除去し、牀上には時々水を撒布して塵埃の飛揚せぬ樣にすることは最も大切でありますす…………………………但し同居者に結核患者があるといふ樣な場合には、特に注意せねばなりません。

都會生活をせらるゝ人は、自己の家屋に住居せられず、借家に住はるゝ人も少くありません。その轉居せらるゝに當りましては、前住者に傳染病患者があつたか否かと云ふことを調査することは極めて困難でありまして、時として到底不可能のこともあります。夫故近來は轉居せらるゝ際に、多くは家屋の消毒を行はるゝ樣でありますが、これは實に結構なことであります。前住者に結核の疑ある人でも居た場合には、特に大切なことゝ存じます。

然るに、家屋の消毒に當りましては、一般に消毒藥に最も重きを措きて、主として石炭酸、昇汞水「クレゾール」等の消毒藥を撒布し、又は之を以て拭くといふことが行はれて居ります。家屋の消毒に當り、消毒藥を用ふると云ふことは、素より必要でありますけれど、消毒藥は一般に信せらるゝ樣な偉大の效力

を有するものではなりません。結核菌の如きものでありますれば、暫時普通使用せらるゝ消毒藥に接觸しましても、決して速に死滅するものではありません。夫故家屋の消毒に當りましては、先づ塵埃をよく掃除して之を燒却することが最も大切でありまして、そうすれば家屋内に潜んで居つた黴菌などは、塵埃と共に自然燒き棄てらるゝことゝなります。斯くして塵埃をよく除去した後、更に消毒藥で淸拭し又は之を散布するならば尙更結構のことであります。

是までは主として病原體を有する塵埃の危險に就て申上げましたけれども、たとへ少しも病原體を有しない時でも、多量の塵埃を有する空氣は人體に有害作用を呈するものであります。呼吸氣と共に吸入せられたる塵埃は、呼吸氣道の粘膜を刺戟して、其處の急性又は慢性の加答兒を發生するものでありまして、屢々咽頭加答兒、喉頭加答兒、氣管枝加答兒等の原因をなすものであります。殊に慢性氣管枝加答兒の如きは一定の職業、例へば紡績工場に働くもの水車業、麵麭燒業に從事するもの、磨工、石工、鞣皮匠等に多く見るものであります。

諸種の工場に働て居るもの、殊に紡績工女には肺結核患者が多數であるといふことは、近來一般に唱へられて居ることであります。それには種々なる原因がありまして、例へば工女の如きは結核の最も發し易き年齡、即ち十五六歳より二十歳迄位の年齡に工場に入り、殊に急劇に過度の勞働に從事するといふことも其主要なる原因でありますけれども、一方に於きましては紡績工場などは、空氣中に極めて多量の塵埃を含んで居りますから、其刺戟によつて呼吸器を害し、慢性氣管枝加答兒に罹り易きものであります。既に氣管枝加答兒となれば、其處の粘膜は抵抗力弱く、結核菌が附著した場合にも、之を滅殺することが出來ずして、容易に其繁殖を來し、遂に結核となるものであります。

又慢性氣管枝加答兒に罹りますれば、たとへ肺結核

を續發しないに致しましても、常に咳嗽、喀痰の爲に苦しめられ、著しく身體の榮養を障碍し、其爲に職業を廢止せねばならぬ樣な場合は決して少くありません。

夫故塵埃は、なるべく之を吸入しない樣に、常に注意することが大切でありまして、殊に呼吸器の弱き人は、塵埃を吸入すること少き職業を選ばねばなりません。

鑛物性の塵埃を持續的多量に吸入した場合には、そのものが肺臟に沈著して塵肺と稱する疾病を發するものであります。

塵肺の内でも、吸入せられたる塵埃の種類によつて種々に分類せられて居りまして、木炭、石炭、煤煙石墨等の粉末を多量に吸入した場合には、炭肺と云ふ病氣を發して、患者は黑き喀痰を出し、此際肺臟を切斷して見ますれば、著しく黑色を呈するものであります。其他石の碎片が多量に肺に嵌入しますれば石肺を生じます。それは多く玻璃製造業者、磨工陶器製造工、煉瓦工、磚工等に見るものであります。鑛粉を多く吸入した時には鑛肺を發するものでありまして、製銃工、鑢工、磨工等が之に罹ることがあります。

然しこれ等の疾病は極めて稀でありますし、殊に此話は餘り專門的になりますから爰では申上げぬ事に致します。

是迄は凡て塵埃の有害作用に就てのみ申上げましたのでありますけれど、時としては塵埃が人體に有效であるといふ樣に考へらるゝ場合も全くないではありません。

それは日本では未だ實例はありませんけれど、外國では石膏工場に働いて居る人には、殆んど肺病患者がないといふことであります。然るによく之を調查して見ると、石膏工場に働いて居る人に肺病患者がないばかりではなく、工場に入る前、既に肺病に罹つて居つたものでも、石膏工場に働いて居る内には、自然に肺結核が治癒するといふことでありま

す。

石膏工場に於きましては、如何な理由によつて肺病患者がないかと申しますに、それは多分、石膏の粉末が塵埃となつて呼吸氣と共に吸入せられ、それが肺結核の發病を豫防し、又はこれを治癒せしむるものかと思はれます。けれども、それに就ては學術上充分なる説明はありません。

然し一方では、肺結核に對しては如何なる藥劑も殆んど效力を奏しませぬ故、何か適當な藥劑をと探して居る時でありますから、石膏業に從事するものに肺病患者がないと云ふことによつて、直ちに石膏を以て結核の治療に應用しようと企てた人も少くありません。

それには燐酸石灰又は乳酸石灰等を皮下注射や又は内服藥として使用したり、又は種々の他の藥劑と混合して之を用ゐられて居ります。一時流行し、現今も尚行はれつゝある結核の「カルチウム」療法の起源は實にこゝにあるものであります。

吾邦に於きましても、結核に「カルチウム」を用ふる人は多數ありまして、種々なる藥劑も出來て居りますし、又鷄卵の殼が肺病に有效であるといふ人もあります。

石膏工場に肺結核の少いといふことは明なる事實でありますから、石膏の粉末が塵埃となつて肺臟に達すれば、其處で何等かの作用をするであらうと云ふ事は想像せられますけれど、それにも係らず之を肺病の治療に應用せられた場合には、殆んど何等の效力をも奏しません。それは多分藥劑が皮下注射とか又は内服せられた時には、一旦血液に入つて、それより肺に達するものでありまして、直接病竈に作用しない爲に其效力を現はすことが出來ないものと思はれます。

兎に角空氣中の塵埃が、少しでも人體に有效なものであるといふならば、斯の如き場合より外にはないかと思はれます。

其他石炭鑛の坑夫にも肺結核患者が少いから、石炭

の粉末が肺臓に入れば、一種の化學的作用を呈し、それによつて肺結核を治癒せしむるものと云ふ説を唱へる人がありますけれど、他方に於きましては、石炭粉末には決して斯る作用を有するものではなく、石炭坑夫に結核の少い理由は、炭山は常に濕潤して居りますから、結核患者の喀出した喀痰は乾燥する事なく、從て塵埃となつて空中に飛揚することがないから、自然結核に罹るべき機會を有しない爲であると説明して居る人もあります。

此事に就ては炭山の坑夫に結核患者が少いと云ふ事實が未だ充分證明せられて居りませんから、其理由に至つても深く考究する必要もないことゝ存じます。

風呂（其の二）

高峯博

凡そ世界各國どこへ參りましても、婦人にして風呂の嫌ひな人種はまづ有りますまい。併し、とり分け日本の女の入浴好きは恐らく世界一であらうかと思ひます。一體、日本人は一般に潔癖人種として通つて居りまして、今では自他共に之を認めて居るやうであります。所が維新の前、追々西洋人も國内に雜居を始め出した頃は、雙方に滑稽な感違ひや正鵠を失した推量が隨分あつたらしく、それが單なる誤解に留らずして、とんでもなき失策を仕出かした話もいろ／＼聞いて居ります。私が近頃、某古本屋で「田舍つれ／＼草」といふ五卷物の稿本を買ひましたが、其の表紙に「萬延年中取調」「文久四年求之」とありますから、孰にしろ今から五十五六年前後のもので、明治元年よりは僅數年以前に過ぎませぬ。然るに面白いのは次の如き記事であります。

「阿蘭陀人、長崎の唐人屋敷へ子供を連れ來りて有りけるか、其の邊の日本人の子供とよく馴染み友だちの如く日々遊びけるに順ひ竟日本の言葉を覺えて其のまねを口ぐせに言ひければ其の親いふよ

う「そちは日本のまねをするが、終には其のまねが癖になりて雪隠へ往きても尻も洗はぬやうに成るべしとて、小児をいましめたと云へり。是を思ふに紅毛は雪隠へ往く度、一度々々に尻を洗ふと見えたり。是れ異國のならはしと見え、至極綺麗にて可なりと言ふべし。譬へば身の内に糞が付きなば、たゞ紙にてふいては置き難し。然るに日本の風俗とて雪隠へ往き、紙にてふきてすましおくこと實は清からぬことにて阿蘭陀のふりこそ清くきれいにて心持よきことなり」。

唯今の我々は、西洋人は便所へ行きても日本人の如く一々手を洗はぬと聞いて居りますが、此の田舎つれづれ草の著者は、大便をして尻を洗ふのが紅毛の良習慣だといつて、感心して居る。これに就いて思ひ出すのは、始めて日本へ來た某外人の失策談であります。原文は和田垣博士の兎糞録第四十四頁に載つてゐるのですが、大體をかい摘んで申しますと今から十數年前の冬の一夜、亞米利加の紳士共が世界漫遊の途次、新橋の喜多川樓で日本料理を食べた時の事であります。宴半ばにして一人が小用に立ちました。すると坐中を斡旋してゐた一人の女中もまた後から蹤いてまゐります。西洋では、かゝる用事の時は殊に異性には秘めて出て行くものなれば、一時は之を見て訝りましたが又思ひ返へして、親切に案内して呉れるのであらうと、其の儘進み行きしに果して案の如くでありました。その用事も「終りて、彼の女の使命も既に果されたれば、最早立去れるならんと思ひ、扉を排して出で來りしに、こはいかに彼女は依然として縁側に佇み、しかも其の右手には柄杓を持ち居り、面喰ひしは件の外人。……忽、ハタと胸に浮びしは、日本人は由來、甚、潔癖なりと聞く、用便後に洗滌するが日本の國風なるかも知れず……聊、恐縮の至りなれども、若、不潔なる亞米利加人よなど〻後指さゝれては、自分一身の不面目のみならず、延いて我が米國の國辱とも成りぬべしと、卽座に決心の臍を固め、一大勇猛心を起

し乍ら、いざとばかり差出したり。驚かされしは女中なり。西洋にては手以外の部分をも洗滌する習慣なるか、流石、文明國は違つたものかな、薄氣味は惡けれども、斯く迄清潔を重んずるに之を手助けせざれば却つて日本人は野蠻なりなど〻卑下せられもやせん、是れ一身の面目のみならず、我が帝國の名譽にも關すべしと、即座の機轉に杓を傾けて沛然として注ぎしに、生憎、高度の熱湯なりしかば、件の外人は「キャット」と叫びざま飛び退れり」。これはまた、とんでもなき部分に湯を注がせて火傷した話で前きのは、推量違ひの文を後世に殘し、此れは當座の笑ひ草を異域の紅樓に演じた。まことに好一對の話柄であります。私も本稿を草する初は婦人と風呂と題して何か述べるつもりでありましたが、考へて見れば、湯の使ひ方や、からだの洗ひ方に於いては、私共は却つて素人で、讀者諸姉が專門家でありますから、うつかり想像的な事を言つて笑はれるのも甚、氣の利かぬ話と思ひまして、斷然それを見合せました。其の代り、嘗て、見聞して居る確かな點を二、三、も少しお話して見たい

現今の浴湯こそ、周圍には硝子鏡を張り、天井からは充分の光線を取り、夜は瓦斯燈や電燈をば煌々と輝かせて、暗くて人の顏が見えぬなど〻いふ如き式の風呂屋は、もはや餘程の田舍へでも行かねば殘つて居りませぬけれども、封建時代の錢湯は、日中でも薄暗い構造であつたのであります。これは封建時代と云はず東京でも日清戰爭頃までも殘つて居つたものでありまして、脫衣して浴槽へ到るにはざくろ口と云ふ低い門口を潛つて行くので、中は甚暗い、そして、夜は左右に行燈的の光をぼんやりと點じてある。また、かの柘榴口の上方には彩色した繪畫や彫刻の類がかけてあつたものであります。

私が所有して居りまする江戸時代の風呂場の錦繪も其の通りで、女湯の洗ひ場は、竹簀の細き線を以てすぐ脫衣場に境し、又其の壁に接して上り湯の桶がありまして「あがり湯の儀は何ばいにても澤山御

遣ひ被下度候」と貼札し、尙之に並んで可成り大きな「ぬか箱」と水槽とがあります。又、丁度其の上方の長押には「三遊亭圓朝」だの、「燕枝」だの〻興行廣告が貼つてあります。是れは芳幾の畫に據つたのですが、先刻紹介しました田舍つれ〲草には、

「或日女湯にていづれのかみさんにや、中の湯を汲出さんとてざくろ口より心なく桶を突込みしに其の桶、中にゐる女の顏に強く突當てしかば、前齒二本ぬけて大に血が出で、其の騷ぎ大方ならざりしこそ、晝尙冥き湯屋の人込み、よく〱氣を付けるべき事也」。

と書いて、同文の下には、其の場の光景を繪に表してあります。これらの事を旁々見比べ、聞き合して見ますると、當時の湯屋を彷彿し得る如くに思はれるではありませぬか。

現時の浴場では、疎忽者はいざ知らず邊りが暗い爲に人の顏へ桶を打ち當てる如き事は絕無でありませう。但、此の種類の事で母親共の注意せねばならぬ事は、子供が湯水をなぶつて遊んでゐる際、お船の眞似だと云つて、手桶や金盥の中へ兩足を突込んで居ましたのが、何と言つてもつる〱と滑べり易い湯屋の漆灰の上ですから、仰向樣に顚倒して、したたか後頭部を撲ち、爲に其の兒は馬鹿になつた話だの嬰兒を抱いて湯に浸ける時よく兩の耳に氣をつけて水が流入しない樣にせねば、其の爲に中耳炎を惹起し、延いて腦膜炎になる事などは今も昔も頻々と世間に見受ける例であります。

其の他、七十のお婆さんが錢湯に行つて淋菌を眼に受けて、膿漏性の結膜炎を患つた實例も有りますから、子供に對しても注意せねばなりませぬ。

（以下次號）

千餘年前の養生論

莊司秋次郎

今を去ること一千六百有餘年の昔、支那は晋といふ

た時代に、稽康と云ふ人が御座いました。これは彼の名高い竹林の七賢と云ふた中の一人であります。御承知の通り、この晋の世は、所謂三國戰亂の後を承けましたので、多少骨のある人々も、騷動に厭いて山に引込まうと云ふ有様、そこへ以て來て佛教の臭も大分浸込むで來る且つは漢の時代に餘り儒教のみを崇め過ぎた反動で黃老の道、即ち黃帝老子を擔いで所謂虛無恬淡を主義とする學派が起りました、世に淸談の徒と云ふのは是れで、趣は異りますが、近い所で申さば、先般流行致した自然主義などゝ云ふたやうな調子で、一種の流行病と看ても宜しい時代の風潮であります。彼の自然主義とか云ふのは生若い男や女の子が、無遠慮に恥を取除けて雌雄の情を發揮すると云ふのが主眼であるかの樣に見えました、事實左樣であつたらしい。隨分馬鹿にならぬ弊害を醸し出すものであります。晋の世の淸談の徒はこれとは趣が異つて、放縱と云ふ點は同じでも情慾の方の禽獸主義ではない、唯世事俗務を排して、世間の禮節法度を顧みず、酒でも飲んで勝手な熱を吹いて歡ぶと云ふ風の我儘者であつたのであります。然しその弊害は決して自然主義に劣らない。八王の亂などゝ云ふ無茶苦茶な騷動が起つて國の存亡目前に迫つても國民は何とも思はず。その中に野蠻人に掻廻はされて、僅かに五十餘年で滅亡したと云ふやうな狀況であります。故に右の竹林七賢と云ふのも實際賢であつたのか愚であつたのか一寸判りませんが兎に角詩賦などにかけては孰れも達者なもので、妙な理窟を捏ることも先達跋扈した自然主義の連中に負けません。千年も前に斯樣な理窟を竝らべ、此の樣な立派な詩や文章を綴つたかと思ふと唯々感服の外は無いのであります。

今茲に御紹介致すのは、唯今申上げた晋の稽康の養生論でありますが、晋の世の人であり、竹林七賢の一人であり、淸談の士であることが能く文章に表はれて居ります。且つその比諭や形容の巧妙な事は申迄もなく、論旨も亦餘程面白いので、漢文の妙味は

無くなつて了ひますけれども、多少批評を加へながら大體を意譯して一粲に供さうと思ふのであります。

＊　＊　＊　＊

世間には、或は神仙と云ふものは學んで成ることが出來る、又不死も力めて之を致すことが出來ると謂つてる人がある。然るに又或は長壽も百二十歳と云ふのは、これは古今同じ所であつて、これを過ぎて以上の事は、孰れも妖妄でないものはない。と云ふものがある。併しこれは兩方とも其の眞情を失つた說である。今試みに少しくこれを論じて見やうならば、神仙は目で見たことはないけれども、種々の書物や歷史などの傳ふる所を考へて見ると、どうもこれは必ず有るものに相違ない。特に異氣を受け、之を自然に稟けたもの丶やうに思はれる。學問修業で出來る事ではなさそうだ。

支那の書物に書いてあるやうな其儘の神仙談は信じられませぬが、百二十歳と限るのも當らない。實際百五十歳に達した人はあるのであります。特に異氣を受け、之を自然に稟けたもので、學問を積んで出來ることでないと云ふのは、一種特異の體質で之を遺傳に依て或は自然に稟けたもので、到底人爲的に出來る事ではないと云ふ意味にとれば、實に卓見と申さなければなりません。

斯様な者が養生その宜しきを得て、生理自然の性命を盡すに至ては、上は千餘歳を獲、下は數百年なる可きものも有る筈である。然るに世間の人は何れも衞生の道に精しくないから能くし得ないのである。理想的に衞生を實行することが出來れば、吾々は今日よりも長命し得ることは疑のない事である、但し數百年乃至千餘歳は一寸疑はしい。然し今日とても實際吾々が何故に老衰するか、又何故に死に至るかと云ふ窮極の原因に至つては、之を科學的に究める事が出來ませんから、強がち千餘歳說を否定することも出來ないかも知れませぬ。何故かと云ふに、今發汗劑を用ひて汗を取らうとし

ても、一向汗の出ないことがある。然るに甚く愧かしい目に逢ふと、だく／＼と出るものである。又一朝食事をしなければ、渴然と物を欲しくなるが、曾子が哀を銜めば、七日も饑えを覺えなかつたと云ふことである。又夜分に坐つて居ると氣が遠くなつて來て寢たくなるが、心の中にひどく憂ふることがあれば、旦までも目が合はない。強く皮膚を刷つたり髮を擧げたり、濃い酒を飲むだりすれば、僅かにほんのりする位のものであるが、壯士が怒るときには赫然として顏色が變つて、髮冠を衝くと云ふ有樣である。これからして言ふと、精神の形骸に於けるは猶ほ國の君あるが如きもので、精神が中に躁しくして、身體が外に度を喪ふのは丁度上に在る君が昏かであれば、その下に在る國が亂れるやうなものである。

身と心との關係の密接なることを說くに、如何にも巧妙なる比喩であります。

さて又湯の世に大旱魃であつたが、田畑を作るものが一度でも水を漑いだ分は、終に焦土となつても、必ず後に枯れたと云ふことである。さうして見ると一漑の益も亦固より誣ふべからざるものである。然るに世間の人々は、一度怒つたからとて、それで性を侵すには足らぬ、一度哀しむだからと云ふて、それで以て身を傷ふこともあるまいと謂ふて、輕々しく怒つたり、哀しんだり、之を肆まゝにする。これは恰も一漑の效能を識らずして、旱の苗に嘉な穀物を望むやうなものである。

この段も亦比喩が、ちとうま過ぎますが、實際吾吾が微々たる刺戟、輕度の障碍として顧みないやうな心身の危害も、老年に至つて初めて悔るべからざる害惡であつた事が分かり、又それが積り積つて老衰病の原因をなすと認めらるゝ事もあるのであります。

そこで譯の分つた人は、形は神を恃むで立ち、神は形を須て存することを知り、生理は失し易く、一過と雖も生を害することを知つて居る。故に性を修め

神を保ち心を安んじて以て身を全うすることに努め愛惜を情に棲しめず、憂喜を意に留めず、泊然として氣にかけないから、體氣和平で、身も心も穏やかに、のんびりして居る。又呼吸法を正しくし、衣服飲食に注意して身を養ひ、形と神と相親んで表裏倶に濟しめるのである。田に種を蒔くに、先づ一畝から十斛の收穫があれば、これを良田とするのは、天下の通稱である。然るに特別に手入をする田になれば百餘斛にもなる。此の如く田種は一つでも培養の仕方が違へば、その功收は非常な相異を來すものである。然るに普通の人は、商賣をしても十倍の儲はない、農作をしても百斛の望はないと謂ふ。これは普通の所を守つて、融通のきかぬ偏屈な考と云ふものである。

同様の體格で同様の生活をしても、衛生に注意する人と無頓著な人とでは確かに非常な相異があり生來薄弱な人でも養生その宜しきを得れば、不思議な程長命すると云ふことも隨分ある例であります。

且豆は人をして氣を重くし、楡は人をして目を瞑まし、合歡は忿を蠲き、萱草は憂を忘れしめることは愚、智共に知る所である。又蒜や唐辛が目を害し、豚魚の食はれぬことは誰でも承知して居る事である。又蝨は頭に處て黑く、麝は柏を食ふて香しく、頸は險に處て癭が出來、齒は晉に居て黃になると云ふやうな譯で、それから推して言へば、凡そ食ふ所の飲食物の氣が、性を蒸し身を染めて相應せざることがない。故に神農は、上藥は命を養ひ、中藥は性を養ふと云はれたが、誠に性命の理は、輔養に因に通ずるものであるといふことが分かる。然るに世人はこれを察せずして惟だ五穀のみを主食とし、聲色に耽りて、目は玄黃に惑ひ、耳は淫哇を務め、滋味その府臓を煎し、醴醪その腸胃を濁し、香芳その骨髓を腐し、喜怒その正氣を悖し、思慮その精神を銷し、哀樂その平粹を殃すと云ふやうな有樣で、この蕞爾な軀を攻め立てることが、なか〳〵一塗でない

竭き易い身であるのに、內外より敵を受ける。身は木石にあらず、此の如くにしてどうして能く久しいことが出來やうぞ。その自ら用うることの甚しき者は飲食節ならずして百病を生じ、好色倦まずして乏絶を致し、風寒に災せられ、百毒に傷られ、中道にして衆難に夭死する。而して泣いたり笑つたりして居るが、これは善く生を持するものとは謂へない。榮養攝取の偏頗な爲に新陳代謝に變化を來し、或は脚氣、紫斑病、痛風のやうな病氣を起し、又贅澤、懶惰、淫佚等の結果或は肥胖症となり、神經衰弱に罹ると云ふやうな事は事實であります。又中年で斃れるものゝ非常に多いことも事實であります。

自分の身を處置することが理を失して不適當であれば、之を微に亡す、氣がつかぬ程に健康を害するものである。然るにこの微が積んで損を成し、損が積で衰を成し、衰より白を得、白より老を得、老より終を得、悶として端なきがごとくで、何時から始まつた分からぬものである。中智以下の者はこれが自然であると謂ふて居る。縱ひ少し覺悟つても、咸その衰病に遇ふ初めに歎恨が、而かも衆險、即ち種々の危險を未だ兆さゞる中に愼しむことを知らない。これは恰も桓侯が將に死なんとする疾を抱いて、名醫偏鵲の先見を怒り、痛を覺えた日を以て病の始とするやうなものである。害は至て微細な所から始まるのであるが、いよ〳〵これが著しくなつてから救はうとする、それ故に治療をしても無效で、如何なる名醫も庸醫同然となる譯である。そこで何れも壽命である、何處を見ても斯うしたものであると云ふて、多數の例を以て自分で證據とし、皆同じだと云ふて自ら慰さめ、天地の理は爰に盡きてゐると思ふて居る。

生活法が不適當であれば、目立たぬ程でも健康を害することは事實であつて、それが持續し或は反復すれば、漸次健康を損し、衰弱し、その結果老衰の狀態を呈し、終に死亡するに至ると云ふこと

も實際の病理であります、又これは非衞生的である、多少健康に障ると思ふても、危險に陥らぬ前にこれを愼むことをせず、苦しいとか痛いとか云ふやうになつてから、初めて狼狽して療治をするさうして思ふやうに治癒らないと、醫者が惡い或は下手だと云ふ。これは實に今日に於ても千數百年前のこの世態と異なる所がありません。尙ほ老衰及び死亡の眞因に就ても、今日の所略ぼ說明が出來るやうなもの丶未だ不明な點があるので、矢張今日迄の大多數の例に見て、凡そ幾歳位になれば老衰するものとし、大抵何歳位で死ぬるものとするに過ぎないので、天地の理窟に盡る而已矣とは謂ひ難いのであります。

縱ひ養生の事を聞くも、自分の見た所だけで判斷をして、さう長命の出來るものでないと謂ふ。その次は狐疑して、それはさうかも知れぬと迄は考へるがそれは如何にすれば長命が出來るかと云ふ理由を知らぬ。その次は自ら力めて藥を服し、半年乃至一年も養生法を守つて驗がないと、もう厭きて折角の志も緩み、中路で復廢てしまふ、或は畎澮から水を入れて、尾閭から出し、坐ながらにして顯報を望むやうな輩もあり、或は情を抑へ、欲を忍び、榮願を制棄て、嗜好なものは常に耳や目の前にあるのに希ふ所は數十年の後の事である、そこで兩失を恐れ即ちアブハチトラズになりはせぬかと心配して、心の內で猶豫ず、心は內の方で戰つき、物が外から誘かすと云ふ譯で、交際相傾く、此の如くにして復敗じるものがある。

衞生などと八ケましい事を云ふても仕方がない、と云ふて平氣で非衞生な事をする人、衞生法を聞いても實行しない人、廣告を見て長生の賣藥を飮むで見たり、見本の「ヨーグルト」を三日ばかり舐て見る人、禁酒會員の標札や徽章だけが殘つてゐる人。

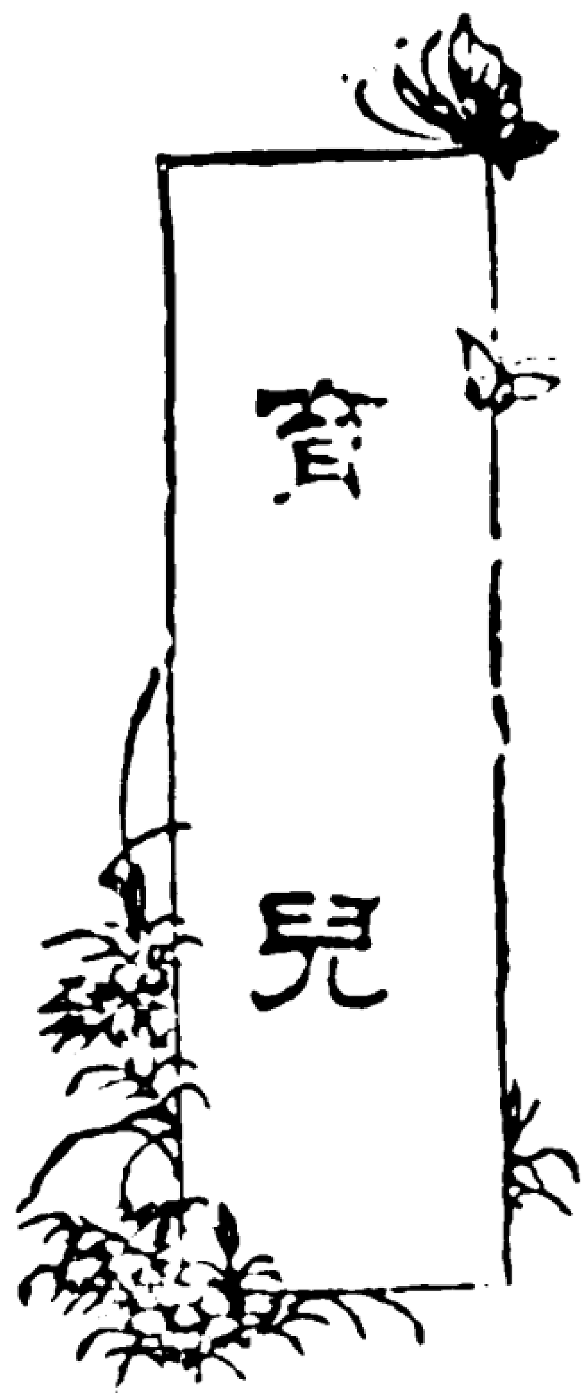
それ物の微妙なる點に至ては理を以て知るべく、目を以ては識り難いものである。譬へば恰も豫章は、

生えてから七年もたつて後に覺ると云ふやうなものである。今躁競な心を以て希靜な途を渉き、意速て事は遲く、望は近くて應は遠い、それ故に能く相終るものがないのである。それ悠々と遙かに遠いものは既に未だ效がないと云ふので求めないし、求むるものは不熱心で專らでないから業を喪ふ。又偏に一法を恃むものは、他の必要な方法を兼ねないので功が無い。術を追ふものは、小道を以て得たりとして自ら溺れると云ふ始末で、凡そ此の如き類は、故よりこれを欲するも萬に一も能く成功するものはない。氣合術、催眠術應用萬病療治、速成強健法、曰く何法、某法の類を云ふのでありませう。

善く生を養ふものはさうではない。清淨に虚心にして、靜穩に安泰で、私少なく、欲も寡い。名譽や置位は兎角徳を傷り易いものであると云ふことを知つて居るから、忽にして營らない、如何にしても名位を欲しいけれども、强て禁へるのではない。又贅澤な厚味は生理自然の性を害することを識つて居るから、棄てゝ顧みない。貪ぼつて後に抑へつけるのではない。外物は心を累はすからして存はず、神氣は醇白を以て獨著はれて來る。そこで曠然として憂患なく、寂然として思慮なく、又これを守るに一を以てし、これを養ふに和を以てし、和理日に濟して大順に同じ、然して後に蒸すに靈芝を以てし、潤すに醴泉を以てし、晞すに朝陽を以てし、綏ずるに五絃を以てする。そこで無爲にして自得し、體妙に、心玄に、歡を忘れて而して後に樂み足り、生を遺れて而して後身存すべきである。果して此の若くなる以往は、羨門と壽を比べ、王喬と年を爭ふことも出來やうと云ふものである。何爲して數百年乃至千餘歳にも達することが無いと云はれやうぞ。

この最後の一段は全く竹林の七賢等一流の主義主張で、所謂虚無恬淡、世を茶かして暮さうと云ふ怪しからぬ料見でありますが、今日のやうながりがり亡者ばかりの世の中には或は多少斯んな氣風の變物があつても宜しいのかも知れません。實際

この稽康などの居つた時代は、支那も今日以上に亂れて居つたのでありますから、心ある人々は呆れはてゝ、すねて、とぼけたやうな眞似もしたものでありませうが。兎も角も今から一千餘年前に斯様な養生論を書いた人もあつたのであります。



兒童室の話

ドクトル 三田谷 啓

こどもの身體と精神は年と共にだん／＼大きくなつて行くものであります。それであるからこの精神と身體との發育を適當にする生活方法を講ずることが大切であります。そこでこどもの住居の如きものは矢張り充分注意を要するのであります。

全體吾等の住家は外界の不良の狀況例へば風雨、寒暑を防ぎ又財產を確實に貯へ、斯くて安全として自己の業に從ひ、且趣味を愛し、人生を樂しむことが出來るのであります。

こどもは若葉の如きものであるから、その身體は幼弱であります。これを取扱ふには叮嚀に且注意せねばなりませぬ。例へば大人は芝居、寄席と云ふやうな空氣の不潔になり易きところに居ても抵抗力があるからそれ程ではないが、幼少のこどもは空氣が不潔になるとその惡影響が劇しく身體に及ぶのであります。この點を注意してこどもの住居を衞生の方則に合ふやうにせねばなりませぬ。

右の如き大切の點を忘れて一家の中で最も惡い室をこどもの住室に宛てゝ顧みない人があります。富裕の家庭に於ても此傾きがあるやうである。思はざるの甚しきものと言はねばならぬ。都會の地では戸外に出ると人車馬が往來して居てこどもが充分思ふやうに遊び戲るゝことが出來ない。そこで屋內に居る

ときはこどもの我が天下と感じて生活し得る室が必要なのであります。

家庭に於てこどもを愛することが重要の事柄であればこどもの爲めに兒童室を設備することは決して贅澤の業ではないのである。

こどもの室を設けるには果してどのやうな注意が要るか、この點に就てその要點だけを次に述べませう。

こどもの室は乾燥し易くして且空氣の流通が充分でなければなりません。

兒童室の溫度や光線は素より大切でありますから建てる時にこの注意が要ります。一番都合のよいのは南向にすることであります。或は東南向の室にするもよろしい。

兒童室の屋根は高い程宜しい。低ければ低い程寒暑の影響が著しいのであります。

兒童室は騒がしき街道に向つて居らぬ方がよろしい。又塵埃などが盛にその室に這入らぬ方向を選ぶことが必要であります。

室の中には檢溫器を備え置きて室の溫度を調節するやうにするのです。

牀地は掃除し易きもので且冷却せぬものが宜い。疊は溫なれども不潔になり易き不利あり。段通もまた不潔になり易い。「リノレウム」を塗るとよろしい。疊よりも寧ろ板の方が便利でありませう。

洋室の時には壁は水で洗ふことが出來れば便利であります。

日本室では困難であります。こどもは落書するのがすきであるから壁には黒板を設けて置くと便利であります。

こどもの室内に備え置くものは衛生と趣味との調和をはかるやうにせねばなりません。机、椅子、玩具、繪畫、體操具等はこの點に注意せられることが大切であります。

こどもの用ふる器具は角張つたものは不適當であります。机でも腰掛でも鋭角のないやうに注意せねば

なりませぬ。又堅固にして置くことゝ、洗ひ易くして置くことが大切であります。

兒童室又はこれに隣れる處に手洗場所があると便利である。

こどもの室が直に庭園に面して居ると便利であります。お天氣の好い日はこどもは自由に庭園に出て遊ぶことが出來ます。砂場、體操具を置けばこどもはそこで好んで遊びます。こどもの遊び場は大人の庭園と分離する方がよろしい。

こどもは小鳥、小獸等を好む故かゝるものを飼ひ置くことも適當である。その他こどもの花園をこしらえてこどもに造らせるのも面白いと思ふ。

こどもの室を造るには兒童の年齡、男女の別によつて適當にせねばなりませぬ。壁の色を變じたり、裝置品、器具を變へ又は繪畫を適當に鹽梅してうまくこどもの性と年齡に適合するやうに出來ます。

重ねて言ふ、最も惡い室をこどもの室にあてることは兒童を輕蔑したものと謂はねばならぬ。

子供の手

小寺顯二郎

子供が顏に辨慶を書いて來れば、御母さんは必ず手拭で拭ひてやるか、洗はせます。洟を垂して居れば直ちに拭ひてやるか、かませます。これは外見が惡いからで、穢ないと云ふが、要するに見た所が好くないと云ふ意味であります。

外から子供が足に泥をつけて歸つて來ますと、直ちに雜巾で拭かせるか、洗つてやります。これは疊や蒲團を汚されては協はぬと云ふのが第一の心配で、それから子供の足に泥がついてゐるのを、そのまゝにして置いては體裁が惡い、所謂穢ないと云ふのが第二の理由で足を拭いたり、洗つたりしてやるのであります。

斯樣に美的感情の上から、外觀を損することを忌む即ち體裁が惡いとか、不精な事を嫌ふのは、多少文

化の進むだ國民には通有の感情でありまして、殊に吾々日本人は、此點に於ては昔から有名な潔癖國民でこれは、自慢をしても宜いと思ひますが、併し今日の世の中に於て、苟も文明人の生活を營むには、單に潔癖だけでは不充分である。必ず亦科學的に、就中衞生的の知識を加へて、出來得るだけ合理的の生活をすることが必要だと思ひます。

此點から考へて見ますと、所謂穢ないと云ふ感じだけでは不充分である。更にそれが衞生上如何なる意味があるかと云ふことを考へなければなりません。そうすれば前の子供の顏や足を清潔にしなければならぬ意味が、更に一層確實な有力なものとなつて參りまして、單に美的感情を害するのみならず、自分には本より他人に對しても非衞生的であると云ふ所より初めて眞に清潔を重ずることゝなるのであります。

然れば世間一般に、子供の顏や足の汚れて居るのには、隨分八ケましく世話をやく親がありますが、子供の手に對しては至つて平氣なものであります。これも畢竟美的感情だけで、所謂紅葉のやうな手は可憐なもので、足のやうに不潔ではないと思ふて、接吻をしてやつたり、頰をつけたりして可愛がる。又手は少々穢なくなつてゐても、顏に墨がついてゐるやうに目立ちませんから平氣で居るのでありますが、玆に一度衞生的の考が加はりますと、大に趣が變つて參ります。顏は如何に汚れて居りましてもその附著物は通常墨、白墨、繪具、粘土位のもので比較的衞生上無害のものであります。又よく目につきますから、直ちに注意せられます。足も靴や足袋を穿て居りますれば、汚れても脱ぎさへすれば宜しい。又洗足で汚れた時は、子供と雖も、大抵氣にするものでありまして、假令汚染が目に立たぬ程の時でも、子供が洗足で戶外から遊んで歸つて來たれば家の人は先づ足を洗はせる、少なくとも雜巾で拭かせますけれども、手に至つては甚だ不注意で、多くは直ちに食膳に向はせる。併しこれは大に考へなけ

ればならぬ事で、子供が戸外に於て自由に遊戯してゐる所を觀察致しますならば蓋し思半に過るものがあらうと思ひます。彼等の可愛らしきその紅葉の如き手は、決して毬や柄だけを持つてはゐない、犬を撫で廻はす、土砂を掘る、汚溝水でお池を拵らへて遊んで居るのであります。而して御腹が空いて、いよいよ御家に歸る際には、その手の汚物は凡て自分の著物に塗りつけて掃除をしながら歸るのであります。それ故、見た所は何時も比較的清潔になつて居りますけれども、實際は唯今申した樣な種々の恐るべき事業をやつた手であることを考へなければなりません。而かも此の手は、顏や足と異り、極めて食物と縁の深いものでありまして、麵麭や菓子、果實なども直接此の手を以て口に運ばれるのであります。斯の如くにして病氣に罹らぬと云ふは寧ろ不思議と云はなければなりません。英國人は食事前に手を洗ふ習慣がありますが、あれは誠に良い事であります。最も西洋人は手摑で麵麭を食るのでありますから、手を洗つて食るが當然でありませうが、吾々日本人は箸を以て食べるとはいへ、菓子や果物は矢張指を用ふる、殊に子供が餅菓子や、鮨などを食べる時には手掌にべつたり粘著る、それを舌を以て掃除致します。箸を用ふるからと云ふて決して安心はなりません。それ故に、私は子供の顏や足よりも、特に手に注意して、戸外から歸つて來た時には必ず石鹸で手を洗はせ、菓子や果物を與へる時でも、食卓につく時でも、先づ以て手を洗ふ習慣をつけたいと思ふのであります。これは戸外に遊ぶ兒童のみには限らぬ盥の上を匍ふて居る幼兒の手も屢々清潔にしてやることが、極めて必要であると思ふのであります。斯うしたならば、子供の病氣に罹る不明な原因が餘程除かれるに違ひないと信じます。

家庭衛生

虎列剌の關所

本年は比較的傳染病騷ぎが無くて仕合はせでありましたが、愈々夏も過ぎて快よき秋に入つて、多少衛生上の注意が弛むだ時に、跋扈するのは赤痢であります。虎列剌も亦夏に無かつたからとて油斷はなりません。現に昨今所々に虎列剌が發生して居ります近縣の埼玉にもあり、東京にも這入つたとか、這入らぬとか申すことが數日前の新聞に見えました。何にせよ用心に若くは無い。虎列剌豫防の事に就ては昨年も委して度々本誌上に述べられましたから、昨年來の讀者は御承知の筈でありますが、尙ほ此際念の爲め虎列剌の通過する關所々々だけを申上げて、拔目なく御用心なさるやうに希望致します。

虎列剌は何時でも印度の方から出發致しまして、長崎、門司、神戸、大阪、東京等の港々に侵入し、それから汽車、汽船等に依て全國に橫行するに至るものであります。故に若し港々の檢疫が完全に行はれるならば、この日本帝國內に虎列剌に踏込まれるやうな事はない筈でありますが、實際は甚だ困難であります。何分多數の船舶、多數の人員で、それに虎列剌菌は肉眼で見ることの出來ぬは勿論、現に腹の中に虎列剌菌を持つてゐても少しも病狀を現はさぬ所謂菌携帶者とか保菌者とか云はれる性質の人などもあつて、遂ひこの檢疫所と云ふ關所を通り拔けて國內に闖入するのであります。

それから各地の港、河筋を警戒し、汽車の貨物竝びに乘客に對して檢疫上の注意を嚴重にすれば、其地方へ侵入することを免れる譯でありますが、これ亦前と同樣の理由に依て、なか／＼完全には行はれ難い、矢張り、此處の關所も破れ勝ちであります。

そこで最後の關所の見張りが一番大事なことになり

ます。その關所と云ふのは勝手口、臺所でありまして、此處まで虎列剌菌の押寄せて來ることは決して稀でなからうと思はれます。魚類について來る、野菜と共に入つて來る、蠅が持つて來る　危險千萬な話であります。

此の關所を固めるには弓鐵砲乃至叉又などと云ふものでは駄目で、凡て火と酢でいかなければなりません。即ち一切の物を煮るか燒いて食べる、野菜の如きものは充分稀鹽酸水で洗ひ、又は漬けて置いて食べる、果物の如きものも同樣に取扱ひます。斯うすれば虎列剌菌は人目を忍むで來ても皆殺されて了ふのであります。

右の方法で先づ大丈夫な譯ではありまするが、何分目に見えぬ敵に對しての防禦でありますから、何處に如何なる、缺點が無いとも云はれません。故に流行せんとする模樣が見えるやうな時には、更に一段の用心をしなければなりません。

最後の關所と云はんよりは、寧ろ城門たる口を守るここが最も緊要であります。それは一旦火責にするか、酢責にした飲食物でなければ決して口を通さぬと云ふ守則を遵奉し、常に胃腸の健全に注意し、時時稀鹽酸「リモナーデ」を飲用する。これだけ注意しても侵されるやうな事がありとすれば、それこそ天命とでも諦めるより外はありますまい。

逆上症

秋になると、よく逆上せて鼻血が出るとか、頭痛がするとか眩暈がするとか、脚が冷えるとか云ふことを訴へる人が少なくないものであります。これは實際氣溫、濕度乃至衣服及び飲食物の變化、又運動の相異等に依て、血液循環に變狀を來して、所謂逆上せると云ふやうな症狀を呈するものであります。特に神經質の人、心臟の弱い人に多い。

斯樣な症狀は大抵夏から秋に移つた當座だけで、又暫くすると何時しか忘れて了ふのが普通でありま す

が、必ずしもさうばかりは參りません、可なり長い間續いて、その爲に益々神經衰弱のやうな氣味が強くなつて來ることもあります。

それで斯樣な場合には、先づ第一に便通を整へる、即ち祕結して居れば緩下劑を用ひて、弛める。毎日少なくとも一回は通じのあるやうにしなければなりません。それから腰から下、特に足を溫かに保たなければなりません。毛絲の靴下を穿くと宜しい。日本足袋は餘り溫かなものでない。殊に窮屈な足袋は却て害があります。更に一歩進むで時々腰湯をして充分乾燥した「タオール」で拭いて靴下を穿けば尙は效能があります。場合に依ては、靴下を穿いたままで寢るのも宜しい。それから衣服も稍々暖かにした方が適當であります。食物は唐辛子のやうな燒味料は用ひないやうにし、尙ほ甘薯のやうな腹が張つて瓦斯の多くなるものは宜しくありません。又落花生のやうな油の多いものもいけません。食慾の進むにまかせて一度に澤山食べることはいけません。又適當に運動することは是非必要であります。或は輕く全身の按摩をするのも宜しい方法であります。

抄錄

婦人の帶の可否に就て

醫學博士大澤謙二述（衞生新報第百九十一號）

大澤博士は、婦人帶の可否に就て、村井弦齋氏と、藤村豐子氏との意見を批評し、最も穩健適切なる斷案を下されたり。

村井氏は、「西洋婦人の產の重きこと、產後に乳が出ないことなどは、人種の相違や他の原因もあらうが、不衞生な體操や舞蹈その外の運動方法も必ず其一因を爲すに違ひない」と云ひ、次に「第一に日本婦人は平生幅の廣い帶を締めて腹部を

保護して居る、即ち婦人に最も重要なる子宮の部分が恰も軍艦に鋼鐵帶を施したる如く保護されて居る一方には外來の危險を防禦し一方には腹部を温め又如何なる場合にも腹部の筋肉が過度に屈伸しないやうに出來て居るから、日本婦人の帶は頗る衞生的のものである」。又「日本風の帶を締めて行ふ事の出來ない運動方法は婦人に不適當である」と云ふて居るが、大澤博士は、西洋婦人の產が比較的重く、比較的乳の出るものが少ない原因を述べ、「體操の爲に乳が出なくなつたと云ふ說は未だ聞かぬ。若し日本婦人の乳の出方が次第に減じて行くものとすれば重大な事であるから、果して體操が其一原因を爲すや否やは充分に研究して貰ひ度いものである」と云はれた。

又「村井氏は日本婦人の帶を以て衞生的のものとなし帶が子宮を保護すると云はれるがベルツを始め總ての衞生學者は帶を以て「コルセット」に次ぐ有害物と見て居る。又帶が子宮を保護すると云はれるが之も間違つて居る帶は婦人の下胸部から上腹部に締める者で子宮は遙かに下部に位して居る」と解剖學上より村井氏の見當違を解釋せられた。

藤村氏が、「何故現代の婦人の體格が惡くなつたかと云ふにそれにはいろ／＼の關係があらうが、妾は第一に帶と袴第二には衣服の仕立方が大なる原因を爲すと思ふて居る。昔の婦人は家に居ることが多かつた從つて衣類も粗末な風をして胸を廣げ居る、帶をちやんと締めて居るやうなことはなかつたから、從つて胸や腹を強く締めることはないから胸腹の發育を妨げない。然るに今日では外出が多くなつたから襟を開かぬ樣にちやんとして帶をきちんと結んで居るから、胸腹を強く締めて其發育を害するそれにまた學生にありては、袴を胸高に締めて廣い紐を幾重となく捲きつける」と云はれたの對しては、大體同意されたが、併し近來壯齡の女子の死亡率の增加したのを帶を締める度合の增した事のみに歸するは不當であらうと云ひ、「元來婦人が幅の廣い帶を締める

のは裝飾の爲である美觀の爲である。脊丈がすらりとして見える樣に男子と違つて成丈け上部に締めるのである、其實は隨分苦しいのである、其證據には外出から歸宅すると直に帶を取て休息する、外觀の必要がなければ成るたけ幅の狹い帶を締めるか或は之を省いて腰紐のみを用ふる。歐米婦人が「コルセット」を廢し得ず日本婦人が帶を廢し得ないのは外觀の爲である。此點に於ては支那婦人は遙かに衞生的な服裝をして居ると思ふ』とて、實際上の觀察より日本婦人帶の衞生上褒め難い事を說かれた。

本誌記者の如きも、日本婦人帶、殊に近代の日本婦人帶は、活働に不都合な事は申迄もなく、裝飾としても裏表同一の華美な高價な織物を用ゐ、而かも二重にも三重にも卷きつける如きは、眞の馬鹿贅澤と云ふものであり、衞生上から見れば決して村井氏の云ふやうな效能のあるものでない、「コルセット」に次ぐ非衞生的の惡帶である。斯樣な帶の廢されずに競爭される限り、日本婦人の體格は不完全で、且つ貧乏國に止まるであらうと信ずる者であるが、これは改めて論じ度いと思ふ。

「トマト」の食べ方

日本では「トマト」を赤茄子と云つて居りますが、歐米では之れを「ラブアップル」と呼んで盛んに食卓を賑せて居ります、一體この「トマト」には「エンチーム」(酵素)と稱するものが多量に含まれて居りますので、食用にする時は啻に消化を助けるばかりでなく、非常に豐富な滋養を持つて居ります、しかし、日本では未だ一般に「トマト」の味を知る人が少く、極めて少數な人々にのみ愛用せられつゝあるといふのは甚だ心細い次第です、此「トマト」は小々位食べ過ぎる事があつても決して下痢をするやうな事はないのです、それ故、御子供さん方には、最も適當なものと云へます、さてその食べ方には色々ありますが先づ二三を擧げて見ますと、生の儘清水に冷してお

いて後梨や林檎と同樣皮を剝て食ます又之を輪切にしまして油で揚げて食べる事もあります、その他魚肉と共に煮て食べる時は、魚の味を大變好くするものです、しかし「トマト」は天性一種の臭氣があつて初めの中はこの臭氣を嫌ふ人がありますから斯樣な人は一度熱湯の中へ約二分間程入れて置き、後冷水に投入して食鹽をつけて食べれば譯なく「トマト」に親しむ事が出來るやうになります、それは恰も煙草や酒が好きになるのと同樣のものです。

（東京小間物化粧品商報）

「ジヤム」の製法

林檎「ゼリー」　の拵らへ方は林檎をやたらに切り水をビシヤ〳〵位まで入れ、とろ火で一時間乃至三時間ほど煮ると林檎の成分がみんな水に浸み出します。次にその林檎を清潔な布巾の中へ取り四隅を括つてその汁を取り自然に鍋の中へ滴らし切らさせて鍋の中の水へ砂糖を一合につき二十五匁の割合で入れ煮詰めてから冷まして置きますと薄桃色の美くしい飴のやうなものになりますそれが即ち「ゼリー」です。

桃――水でよく外を洗ひ焦げつかぬほどの割に水を少し鍋に入れ桃を入れて水煮をすると砂糖氣がありませんから崩れます、さうしたらそれを裏漉しにかけ百目に對して百目だけの砂糖を入れて煮つめるのです。

巴旦杏と杏――これも矢張りよく水洗ひをしてから水で煮つめ裏こしにかけてから百目に對し百目の砂糖を入れてよく煮つめます。

乾杏――乾した杏を水へ一晩漬けて翌日になつてから其儘煮て裏ごしにかけると皮も纖維もすつかり取れて細かくなります、次に百目に對する砂糖百目の割で煮たてますとだんだん飴色になり普通の「ジヤム」の固さになつた時を程度として火から下ろし罐へ詰めます。

雨に濡れた著物の始末

雨に濡れた時、著物を脱いだらすぐ衣桁に掛けるか衣紋竹に吊すかして、よく乾かした上簞笥その他の容器に仕舞ふがよい。決してぢかに釘にかけてはならない。釘の銹が襟につくと、そこから腐りが入つて來る。乾かすには、日光にあてないで風通しのよい日陰にかけておくのが一番よい。そしてよく乾いた上は、柔かい刷毛で埃を拂ひ、皺をのばしておかねばならぬ。殊に縮緬の樣に撚絲を使つてある物は縮んで仕舞ふから、ぬれた所を湯氣の上で廣げて延ばさねばならない。

（婦女新聞第九百號）

炊事道具と石鹼

家庭の主婦や女中方が日課の一として毎日お釜の蓋鍋の蓋、俎板、摺木などを洗ふ場合に大抵の家庭に於ては磨粉をたわしにつけてごし／＼力まかせに汚れを落してゐるが之は餘り宜しくない一體炊事の諸道具は手垢が附て穢くなるのであるからこれを洗ひ落して清潔にするには洗濯石鹼がよろしい石鹼といへば唯體や布を洗ふ場合にのみ限られて使ふものと心得器物や炊事諸道具の洗滌には一向用ひないのが怎うも不思議でならない石鹼で洗へば手數も省け骨も折れない、そして洗つた物が綺麗になる魚屋の番頭さんなどが大きな盤臺を洗ふ處抔を見てゐますと大の男が懸命になつてさも仰山らしくたわしでごしごしやつてゐますが少し石鹼を附けて磨けば譯なく汚れが落ちるものです、殊に粗雑なたわしに荒い磨粉をうんと附けてごし／＼やられては縦令汚れが落ちるにしても毎日の樣に繰返すのであるから器物が磨損して早く壊れ易い又磨粉の代用に灰を使ふのも考へ物で灰汁の作用で木の色が赤黑く變り易くて宜しくない次に鍋釜の赤銹を落す爲めには「ストーブポリス」一名鐵磨粉が宜しい一袋七八錢で買へますからこれをどろ／＼に溶かして塗り附け布片で擦れ

ばよく落ちますそして是等の金物類は使用後は濡れ雜巾でよく拭つて更に乾いた布片に燈油を一二滴たらしてそれで一撫でざつと拭つて置くと永く錆が附かない、それから可成清潔の行屆いた家庭であつても臺所を覗いて見ると水道の栓口までも磨いてある處は少い子供等が錆びた栓口をいぢつた手を舐る樣な事もよくあるもので成るべく綺麗に磨いて置くに越した事がないこれを磨くには梅酢でも糠味噌の汁でもよろしいが然もなければ鹽を酢で溶かしたので磨くと一層よく錆が取れるのです。

（大江すみ子女史談）

米の磨ぎやう

毎日することながら、なか〳〵思ふやうに出來ないのは御飯の味でございます。御飯の出來不出來は水加減ばかりでなくお米の磨ぎ方によつて非常に違ふのでございます。大抵の宅では、お米に水をかけて一度ゆすいでから磨ぎはじめて、甚しいのは磨ぎ上げるまでに三度位水をかへては磨いだりなさるやうですが、これでは折角質のよい米も臺なしでございます。一度お米に水がかゝりますとひゞが入り易くなりますから、お米の粒をそろへて炊き上げるには、どうしても米が水氣を吸ひこまない内に磨ぎ上げるやうにしなければなりません。

最初お米がやうやく磨げる丈けの水を入れて、米がつぶれない程度で力を入れて丁寧に磨ぎます。この時なら大抵な力を入れても、米に水氣を吸ひ込んで居りませんから、強く磨いでも差支へありません。普通の磨き方は、手は眞直に入れても指先は左の方に向いて居ますが、これでは力の入り方が足りないやうでございますから、手も指先も眞直に向かせて同じ所ばかりでなく、時々米桶のむきをかへて手早くそして丁寧に磨ぎます。この時限りて一度でも水をさした以上は、もう磨げないのでございますからよく〳〵注意して磨ぎ上げた上で、水が澄むまで何

度も水を取かへてゆすぎ、一旦米上げ笊によつて水氣を切つてから釜にうつして水加減をして炊きます。

健康長壽と沐浴

醫學士古澗安俊述（兒童第一卷第五號）

エヂプトでは紀元五百年頃、既に皮膚の汚染は保健に害ありとして、その施設をしたと傳へられてゐます。

ギリシャでは體操、演習、角力を奬勵し、同時に國家的に大浴場を設けて入浴を奬勵したと申します。

プラトーは『青年は水で、老人は溫湯で入浴するがよいと云ふて居ります。且つ入浴は仕事の疲勞を癒するに、下手な醫師の處方箋に勝る事數等なり』とまで云ふて居ります、ローマでは紀元前六百十四年頃にマルチユース帝が宏大なる水道を施設しまして、その大半を浴場に使用したと云ふことです。その後代々の王が浴場を建てゝ自分の名を附して殘してあります。

我國に於きましても、身體の汚れると云ふ事は病の根原であると考へ、既に神代の頃より水を利用して病を治したと云ふことであります、

家庭の槽浴と共同的の即ち錢湯とを比較して見ますに家庭のものは、主人夫婦の浴する頃は勿論清潔でも、一家族の終りに入る頃は、普通湯屋の物より數等汚穢れてゐるのです。湯屋で病毒に傳染する心配の比較的少ないのは、四十度內外の溫度では黴菌が死滅するものでありませんが、黴菌が多量の水にうすめられ、又惜氣なく汲換へられるからであります。

風呂には、游泳浴、洒浴（灌漑浴とも「トルコ」風呂とも申します）、蒸風呂（蒸汽浴、露西亞風呂とも云ふ）砂風呂など〻云ふ種々のものがあります。

溫度から區別すれば寒浴（攝氏二十二度位）、冷浴（二十二度乃至二十四度）、微溫浴（二十四度乃至三十度）

温浴(三十五度以上)等に分けます、江戸ッ子の朝湯は往々四十五度位の事がありますが、あれは餘り賞めた事ではありません。

直ちに浴槽に飛び込むと、往々卒中で倒れるやうな事があり、心臓の弱い人には甚だ危險ですから、豫め頸と肩を充分に浸してから這入ると安全です。上る時の「カヽリ湯」は、浴槽の湯より少し低い温度のものが良いのであります。子供の入浴には耳の中へ湯や水を入れぬやうに特に注意すべき事と思ひます。

入浴は皮膚の汚物を洗淨し、新陳代謝を盛ならしめ筋肉の疲勞を恢復する特效があります。併し胃や腸の消化作用に必要の血液を表面に集めるものですから、食後直に入浴するのはいけません。

鑛泉には冷泉と温泉とがあり、又その内に多く含まるゝ物質に依て種々の名稱があります。温泉場に行くと病氣や病後の恢復に入浴が甚しく效能があるやうに申しますが、これは鑛泉そのものよりも寧ろ旅行、風光明媚の地に入つて、生活狀態を變更るので身體精神に良結果を來すのであります。故に温泉場に至つて、不規則、不眞面目な生活をすれば效果はなくして却つて害が多いと云ふ譯になるのです。此際運動と云ふことを忘れてはなりません。時節は七月から十月頃までが良い。期間は三週間位が適度で四五年も繼續すると效果が著しいのであります。

入浴は朝ならば九時頃、夕方ならば五時か六時頃に一日一回か二回で良いので、一日幾度も入るのは間違です。一回の入浴時間は十分間位を適度とし、二十分以上入浴してゐる事はよくありません。老人、子供、妊婦には温泉は、往々危險を伴ひますから餘り御勸めは出來ません。

髪の長さと壽命

髪の毛は結局どの位まで延びるかと云うと夫は世界の人種に依つて種々樣々である、西洋人は日本人の

様に油を附けないで鏝などを當てるので割合に育たず漸く三尺から四尺が頂上である西洋人は兎角無理をするが日本人は夫れが無いので身長以上になる事も珍らしくない、現に大島の女などには身長以上二尺にも達して居るのがある、夫れから髮の壽命は普通二年から三年位であるが、長命なのになると六年位を保つのもある、其内で最も短命なのは睫毛で百五十日位なもの夫れから毛の延びる力は一箇月で三分三厘位婦人の髮の毛は一箇月一分五厘から二分位である。拔毛は病氣は別にして普通自然に拔ける數は二十歳三十歳の人は一日に九十本五十歳から六十歳になると百五十本拔ける人體の毛の總數は頭に八萬本其他に二萬本總數十萬本としてある。

蚊帳の色

唯今蚊帳の話は、秋の扇の類ですが、又來年と云ふこともありますから、玆に抄錄致して置きます。誰人のお話か存じませんが、小間物化粧品商報に左の如き事が載つて居りました。確かに一理あること〻思ひます。

蚊帳の色合は白は稀でございまして大部は萌黄か淺黄でございます之は麻と萌黄色とは雷様が嫌ふといふ甚だ筋の通らない古い傳説から來た遺習でございますが科學の進歩した今日では無意味でござい、ます、近頃臺灣で蚊の習慣性を試驗した結果によりますと蚊は一等萌黄色を好み白色を嫌ふさうでございますから萌黄色の蚊帳は寧ろ蚊を誘引する力こそあれ蚊の襲來を防ぐ力はないのでございます、言ひ換ふれば合理的の蚊帳は白に限る譯でございます倘從來の蚊帳については改良すべき點が多うございますが第一に注意せねばならぬのは蚊帳の濕氣を防ぐ爲め度々日光に當てる事でございます夫れが爲には萌黄や淺黄のものは褪色の虞がございますが白は其の憂ひがございませんから此の點からも徳用です。

雜報



○東久邇宮妃殿下御著帶式

十一日午前十時、麻布區市兵衛町なる東久邇宮御本邸に於ては、稔彦王妃聰子内親王殿下の御著帶式を行はせらる、此日殿下には永山御用取扱を從へさせて、稔彦王殿下と御同列、十一時表御殿より御出でありて親しく皇族方及び宮内高官の御祝詞を受けさせられ皇后陛下の御使生源寺命婦より御紋章附桐箱入紅絹の御腹帶を恭しく御受けあり、御奥に入らせられて北尾助産婦參列の下に、目出度御著帶の御式を濟ませられ、正午家職其他に對し御酒肴を賜はる宮中よりは清酒鮮鯛御下賜あり、東宮殿下、兩皇子を始め各宮殿下よりも夫々御祝ひの品を寄せられ、東久邇宮家よりは宮中に鮮鯛一折捧呈相成りたりと拜聞す。

○東京府第二回産婆試驗

同試驗は來る十月九日より施行さるゝ旨十六日告示ありたり、即ち左の如し。

東京府告示第二百二十二號

本年第二回産婆試驗ヲ來ル十月九日ヨリ當廳内ニ於テ施行ス志願者ハ左記各項ニ據ルベシ

大正六年八月十六日

東京府知事法學博士　井上友一

一、願書ハ明治四十五年二月二十四日本府告示第四十七號ニ據リ來ル九月中ニ當廳ヘ差出スベシ

一、受驗者ハ受驗番號票及ビ受驗者心得書ヲ試驗前日迄ニ受取ルベシ
但シ實地試驗ノミノ受驗者ニハ受驗日割及ビ番號票ヲ交付スベキニ付十月十三日當廳ヘ出頭受取ルベシ

○深川の患者虎列剌に非ず

去る十三日深川區西平井町に疑似虎列剌患者を發し

駒込病院に收容すると同時に家族及び關係者を隔離し、右の患者は十五日夜死亡したるが、警視廳細菌檢查所にて引續き動物試驗の結果十六日午前十時二十分に至り陰性と決定し、隔離者を解放し患者住宅附近の警戒をも解放したり、右に付警視廳衛生部員は「臨牀檢鏡の疑似菌があつたので豫防法に依て一般的の豫防を執行したのであるが今日に至り眞症の虎疫でなくて傳染の氣づかひなしと判つた、從つて市內では全く虎疫の發生はない譯であるが併し石川富山兩縣では盛に流行して居り佐渡迄侵入した位だから市民は安心して豫防を怠る事のない樣にして貰たい」と云へり。

○救世軍看護婦學校

救世軍にては今回下谷仲御徒町三丁目救世軍病院內に看護婦學校を設立したり、その趣旨並に規則摘要左の如し。

(趣旨)看護婦が熟練なる技術を有すると同時に、眞實至誠の精神の必要なることに何人も認むる所なり、今や救世軍病院は此時代の要求に應ぜんとして自ら揣らず救世軍看護婦學校を開設し、差當り速成のものより始め漸次完成の域に進まんことを期す、追ては看護婦會をも設立して廣く善良なる看護婦を救濟派遣し、以て斯界に貢獻せんことを希圖する者なり

(規則摘要)

一、本校の修業期間を六箇月とし、警視廳、各府縣受驗準備の爲め必要なる學說及び實地を教授す

二、學科課程を定むること左の如し

(一)解剖學大意　(二)生理學大意　(三)看護法全般　(四)衛生及細菌學大意　(五)傳染病大意　(六)消毒方法　(七)繃帶學及其の實地演習　(八)治療器械取扱法大意　(九)救急處置　(十)西洋按摩法大意及其の實驗　(十一)電氣用法大意　(十二)藥物學及び調劑法大意　(十三)育兒法、附、初生兒取扱法　(十四)病人用食物調理法　(十五)貧民救護心得　(十六)修身及び法令　(十七)實地に關する事項全般

尙ほ同校にては開業醫若くは醫院の委託に依りて見習看護婦の養成に任じ、又生徒中の志望者より見習看護婦派出の求めに應ずべしと。

○女學校寄宿生の食料

各學校寄宿舍の賄方は物價騰貴のため困難に陷り、

當事者も大に苦慮しつゝあることとなるが、井上東京府知事は、從來出入商人より買入れたる日常品は、購買組合によりて依托購入をなすべしとの意見なりと、之につき東京女子師範の會計主任は次の如く語れりと云ふ。

本校には校費生約十七名あり、其食費は一日十七錢の規定なれば米一升三十錢とし、それと雜費とを引去りたる殘りが副食物の費用に充てらるゝ譯にて、到底肉類などを給し得らるゝ筈なし、で取り敢えず一日二錢づゝ增加することにはしたるなれど其の位にて足りやうなく、而も豫算は超過するを得ざる仕誼なれば當事者もほと〳〵困じ居れり。

○東京市内の川魚需要額

東京市役所で今回東京市に於ける川魚の需要供給概況を調査した、大正五年度の事實だが之を記せば一年に鰻二十五萬八千七百二十九貫、鯰十五萬八千七百二十九貫、鯉三萬貫、鮒三萬三千七百五十貫、鯰一千七百貫が市内で販賣される又其産地を見るに鰻は東京近在が一番多く八萬八千六百八十八貫に上り下總之に次ぎ常陸、尾張、大阪、仙臺、上總、遠江の順序で輸入され鯰は上總の九萬貫を最とし下總、地廻、房州、常陸、仙臺の順番になつて居り鯉は相模が一萬八千貫に上つて其大部分を占め鮒は殆ど地廻り物で輸入は上州から少しあるに過ぎず鯰も地廻り一千二百貫に對し輸入は常陸、下總を合せて五百貫しかない。

廣告

○轉居

廣島縣より神奈川縣小田原町十字町通二五三二へ　寺田豐作

大阪より大阪市南區上本町七丁目五二六五八へ　安田[illegible]子

芝區より本郷區南坂町三十二へ　島田濱子

以上

私立大日本婦人衛生會役員氏名

總裁 東伏見宮妃周子殿下
會長 侯爵夫人 鍋島榮子
副會長 男爵夫人 濱尾作子

（いろは順）

幹事	鳩山春子	同	長谷川仲子
同	岡田徳子	同	高木鐐子
同	山木多穗子	同	三浦敬子
同	松平芳子		
評議員	入澤常子	同	羽田三緒子
同	濱田捨子	同	服部繁子
同	原みつ子	同	仁禮壽賀子
同	西 幷子	同	土肥多越子
同	緒方悦子	同	岡山とし子
同	小川孝子	同 男爵母堂	加藤鈴子
同	片山龜子	同	吉岡彌生子
同	丹波貞子	同	高橋孝子
同	田村きよ子	同	武田貢子
同	鶴原誠子	同 男爵夫人	南部限子
同	中濱芳子	同	山口貞子
同 子爵母堂	松井正子	同	古市幸子
同	小松いさ子	同	近藤嵩子
同	天野多喜子	同	岸 澄子
同	菊池峯子	同	三宅藤子
同	宮本樂子	同	守屋千代子

婦人衛生雜誌代價及廣告料

代價

一冊 定價金貳拾錢 郵税壹錢
三冊（三ヶ月分） 前金郵税共 金四拾五錢
十二冊（一ヶ年分） 前金郵税共 金壹圓八拾錢

廣告料

一頁 六十二行 一行二十三字
壹頁金 五圓 半頁金 貳圓五拾錢
○特別廣告 壹頁金拾圓 半頁金五圓
○半頁以下行數ヲ以テ計算スルモノハ一行貳拾五錢

規定

○本誌講讀申込ノ節ハ前金三ヶ月分以上本會事務所宛ニ送附セラルベシ但シ見本ハ郵券ニテ貳拾壹錢代用苦シカラズ○本誌休讀ノ節ハ速カニ報知セラルベシ通知ナキ分ハ講讀者ト見做ス但シ後金ニハ割引ナシ○轉居ノ節ハ新舊宿所通知セラレタシ

大正六年九月十七日印刷
大正六年九月二十日發行

編輯者
發行者 東京市本郷區駒込千駄木町五十八番地 莊司秋次郎

印刷者 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 櫻井新三郎

印刷所 東京市本郷區駒込林町百七十二番地 杏林舍

發行所 東京市本郷區駒込林町二番地 私立大日本婦人衛生會事務所

賣捌所
東京市本郷區龍岡町 吐鳳堂
同市銀座四丁目 東海堂
同市京橋區鈴屋町 良明堂
同市本郷區本富士町 明文館
同市同區春木町 南江堂支店
京都市寺町二條南入 若林茂一郎
東京市日本橋區呉服町 北隆館
同市神田區表神保町 東京堂
同市本郷區本富士町 盛春堂
名古屋市榮町六丁目 丸善書店